



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
FACULTAD DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA**

# **INFORME FINAL DE SERVICIO SOCIAL RURAL**

**QUE PARA OPTAR EL TÍTULO DE:  
LICENCIADA EN ENFERMERÍA  
PRESENTA: MORONES PÉREZ VALERIA  
N° DE CUENTA: 418035117**

**TUTORA: MTRA. JAZMIN ALEJANDRA ORGAZ GONZALEZ  
FACULTAD DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA, UNAM**

**CIUDAD DE MEXICO, AGOSTO DEL 2023**



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## Contenido

Introducción .....	5
Objetivos Generales .....	7
Antecedentes .....	8
La enfermería comunitaria .....	8
Madeleine Leininger y su Relación con la Enfermería Comunitaria .....	10
La terapia Holística y el rol de Enfermería .....	13
Estudio de la comunidad .....	16
Condiciones de salud en el pueblo de San Luis Tlaxialtemalco .....	24
Actividades del servicio social.....	31
Promoción en salud en redes sociales.....	31
Trabajo en espacios sociales .....	34
Visitas domiciliarias.....	37
La Consultoría de enfermería.....	38
Beneficios para la comunidad .....	56
Conclusiones .....	58
Anexos .....	61
Referencias.....	62

# *Agradecimientos*

Agradezco a la Universidad Nacional Autónoma de México y a la Facultad de Enfermería y Obstetricia las enseñanzas aprendidas dentro de sus instalaciones fuente de inspiración y superación académica y personal

A la *Maestra Alejandra Jazmín Orgaz González* por creer en mi, por brindarme su confianza y paciencia y siempre impulsarme a reconocer mis fortalezas, agradezco su orientación académica y personal como apoyo incondicional.

A la *Dra. Ana Rita Castro*, por mostrarme los elementos y herramientas necesarias para desarrollar este trabajo, brindándome orientación del enfoque que conlleva un trabajo de titulación, agradezco sus consejos y tiempo dedicado.

A la comunidad de San Luis Tlaxialtemalco, a las mujeres participantes por su aportación para este informe, así como al personal administrativo y académico del Centro Universitario de Enfermería Comunitaria (CUEC) por el tiempo y espacios ofrecidos durante la pasantía.



## DEDICATORIA

A mis padres, por el tiempo brindado, por entenderme y apoyarme a seguir adelante, por las motivaciones constantes que me daban para terminar mi trabajo.

A mi hermana por el apoyo brindado y por los momentos de convivencia como fuente de ayuda y motivación de siempre creer que puedo dar más de lo que me podría imaginar.

A amigos y amigas de carrera por inspiración y motivación para dar lo mejor de mí en mi trabajo y recordarme que soy capaz de lograr lo que me proponga

A Diego por estar brindándome su apoyo y cariño y sobre todo por su apoyo emocional y recordarme mis capacidades como académica y como persona enfocada.

## Introducción

En el contexto actual de la salud, donde la atención integral y holística se erige como un pilar fundamental para el bienestar de las comunidades, la labor de la enfermera comunitaria cobra una relevancia sin precedentes. Este informe narra la experiencia de servicio social rural llevada a cabo por una pasante de enfermería en el Pueblo de San Luis Tlaxialtemalco, en la alcaldía de Xochimilco, Ciudad de México. La pasantía se desarrolló en el Centro de Enfermería Comunitaria de la Facultad de Enfermería y Obstetricia (FENO) de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), donde se enfocó en la realización de actividades de atención comunitaria y consultoría en terapia holística.

La enfermería comunitaria emerge como un eslabón esencial en la cadena de atención en salud, especialmente en comunidades aun rurales dentro de la Ciudad de México, donde el acceso a los servicios de salud puede ser limitado y en donde además la cercanía con la población, la comprensión profunda de sus necesidades y la capacidad de brindar atención desde una perspectiva integral, hacen de la enfermera comunitaria una figura insustituible en la promoción de la salud y la prevención de enfermedades. En este contexto, la FENO UNAM se destaca por su compromiso con la formación de enfermeras capaces de abordar los desafíos de la atención en entornos comunitarios y rurales, fomentando en sus estudiantes la sensibilidad social, la empatía y el conocimiento técnico necesario.

La pasantía en el Pueblo de San Luis Tlaxialtemalco me permitió como pasante de enfermería adentrarme en la realidad de una comunidad con necesidades particulares, enfrentando situaciones propias de un entorno rural. Además, la integración de la terapia holística como parte de las actividades resalta la importancia de considerar no solo los aspectos físicos de la salud, sino también los emocionales y espirituales. La terapia holística se erige como una herramienta poderosa para abordar la salud desde una perspectiva integral y multifacética.

En este informe, se relatan las actividades llevadas a cabo durante la pasantía, se describen los retos y logros experimentados, y se reflexiona sobre la relevancia y el impacto de la enfermería comunitaria en la vida de las personas. La contribución de la enfermera comunitaria a la salud y el bienestar de las comunidades no puede ser subestimada, y esta experiencia de servicio social rural es un testimonio vivo de su valiosa labor en la construcción de un sistema de salud más inclusivo y humano.

## Objetivos Generales

Aplicar los conocimientos teóricos-metodológicos y habilidades adquiridos en la licenciatura en enfermería en el centro universitario de enfermería comunitaria, para brindar cuidados integrales tomando como base las necesidades y demandas que en materia de salud tiene la población.

### Objetivos específicos

- Fomentar prevención de enfermedades crónicas desde un abordaje integral para contribuir en bienestar de la persona y comunidad.
- Participar con el equipo multiprofesional en la planeación y ejecución de intervenciones de salud dirigidos a la población de San Luis Tlaxialtemalco para favorecer el autocuidado de la salud.
- Implementar atención holística por medio de la auriculoterapia como alternativa de medicina china para favorecer el alivio sintomático de las enfermedades.

## Antecedentes

### La enfermería comunitaria

La enfermera comunitaria es una figura esencial en la prestación de atención de salud en un enfoque holístico y centrado en la comunidad. Originada en el siglo XIX con los esfuerzos pioneros de Florence Nightingale y otras precursoras de la enfermería, esta especialidad ha evolucionado para abordar las necesidades de salud únicas de las poblaciones en entornos diversos. Su rol es crucial en la promoción de la salud, la prevención de enfermedades y la atención cercana y personalizada en las comunidades a las que sirve, pero como concepto se consolidó en el siglo XX, con una mayor comprensión de la importancia de la prevención y la promoción de la salud en la comunidad. Se reconoció que la atención de salud no debe limitarse únicamente a la atención médica individual, sino que debe abordar los determinantes sociales, económicos y culturales que influyen en la salud de las personas. Este enfoque integral condujo al desarrollo de programas y servicios de salud dirigidos a comunidades específicas, y la enfermera comunitaria emergió como una profesional clave en este proceso<sup>1</sup>.

La enfermera comunitaria realiza una variedad de actividades para mejorar la salud y el bienestar de las comunidades a las que sirve. Entre sus funciones principales se encuentran<sup>2</sup>:

- **Promoción de la Salud y Educación:** La enfermera comunitaria brinda información y educación sobre prácticas saludables, enfermedades prevenibles y hábitos de vida saludables. Esto puede incluir charlas educativas, talleres de capacitación y la distribución de material informativo.
- **Prevención y Control de Enfermedades:** Identifica factores de riesgo en la comunidad y desarrolla estrategias para prevenir la propagación de enfermedades. Esto puede incluir campañas de vacunación, detección temprana de enfermedades y educación sobre prácticas de higiene.

- Atención Primaria: Realiza evaluaciones de salud, controla enfermedades crónicas, brinda atención básica y realiza seguimiento de pacientes. También facilita el acceso a servicios médicos más especializados según sea necesario.
- Participación Comunitaria: Trabaja en colaboración con líderes comunitarios y organizaciones locales para comprender mejor las necesidades de salud de la comunidad y desarrollar programas de intervención adaptados.
- Investigación y Evaluación: Recolecta datos sobre la salud de la comunidad, identifica tendencias y problemas de salud, y utiliza esta información para planificar intervenciones y evaluar su efectividad.
- Abogacía: Aboga por políticas de salud que beneficien a la comunidad y promueve el acceso equitativo a la atención médica.

El trabajo comunitario tiene un enfoque multidisciplinario que atiende problemáticas de la población presentadas como lo es los aspectos económicos políticos-sociales, culturales y biológicos con enfoque salud-enfermedad aplicando acciones encaminadas a la prevención y control de problemáticas presentadas en tendencia de la comunidad, por lo que la enfermería en la actualidad tiene un papel muy importante desde un aspecto de atención primaria de acuerdo a los factores del entorno como influye la manera en que las personas perciben sus acciones en relación a su salud y en base a un análisis de conocimientos y acciones es como enfermería interviene siendo la educación a la salud este medio de contacto que asume la enfermera como papel de instructora para orientar a la persona, familia y comunidad encaminado a mantener un compromiso apropiado en bien para su salud, los medios de aplicación pueden ser dentro de una estancia de salud, un entorno comunitario así como los medios digitales<sup>3</sup>.

## Madeleine Leininger y su Relación con la Enfermería Comunitaria

Madeleine Leininger (1925-2012) fue una influyente enfermera, antropóloga y teórica de enfermería que dejó una profunda huella en la profesión de enfermería y en la atención de salud transcultural. Su enfoque en la teoría de la enfermería transcultural y la antropología médica ha influido en la forma en que los profesionales de la enfermería abordan la atención a pacientes de diferentes culturas y en entornos comunitarios. Aunque su trabajo se centra en la atención transcultural, tiene conexiones significativas con la enfermería comunitaria debido a su enfoque en las comunidades y su salud. Dentro de sus contribuciones a la enfermería destacan<sup>4</sup>:

- Teoría de los Cuidados Culturales: también conocida como la Teoría del Cuidado Transcultural, la cual sostiene que la enfermería debe ser sensible a las diferencias culturales y abordar la atención de salud desde una perspectiva global y transcultural. La teoría reconoce la importancia de comprender las creencias, valores y prácticas culturales de los pacientes para proporcionar cuidados efectivos y culturalmente apropiados.
- Diversidad Cultural: Leininger subrayó la necesidad de respetar y valorar la diversidad cultural en la atención de salud. Sus enseñanzas ayudaron a los profesionales de enfermería a reconocer cómo los aspectos culturales influyen en la percepción de la salud, la enfermedad y las prácticas de cuidado.
- Atención Centrada en el Paciente: La teoría de Leininger enfatiza la importancia de la atención centrada en el paciente. En el contexto de la enfermería comunitaria, esto significa entender las necesidades y deseos de las comunidades y colaborar con ellas para proporcionar cuidados que respeten sus valores y contextos culturales.

- Promoción de la Salud Comunitaria: Aunque su trabajo principal se centra en la atención individual, las ideas de Leininger sobre la cultura y el cuidado pueden aplicarse a la enfermería comunitaria. Reconocer las culturas únicas de las comunidades y trabajar en conjunto con ellas puede mejorar la promoción de la salud y la prevención de enfermedades a nivel comunitario.

La relación entre Madeleine Leininger y la enfermería comunitaria radica en la importancia de considerar las influencias culturales y comunitarias en la atención de salud. Su énfasis en la comprensión y respeto de las creencias y prácticas culturales puede ayudar a los profesionales de enfermería comunitaria a forjar vínculos más sólidos con las comunidades a las que sirven. Al trabajar en estrecha colaboración con las comunidades y comprender sus necesidades únicas, los profesionales de enfermería pueden diseñar intervenciones y programas de salud más efectivos y culturalmente apropiados, por lo que integrar el modelo de Madeleine Leininger en el trabajo de enfermería comunitaria implica abordar las diferencias culturales y las necesidades únicas de las comunidades a las que se presta atención y consideraciones como<sup>5</sup>:

- Conocer la Cultura Local: Comprender sus valores, costumbres, tradiciones y sistemas de creencias te permitirá proporcionar cuidados culturalmente apropiados.
- Establecer Relaciones de Confianza: La confianza es esencial para colaborar efectivamente y comprender las necesidades y expectativas de la comunidad.
- Colaboración con la Comunidad: Trabajar en conjunto para diseñar programas que sean culturalmente relevantes y aceptables.
- Educación Cultural: Brindar educación a la comunidad sobre temas de salud que sean pertinentes para su cultura y contexto.
- Adaptación de Prácticas de Cuidado: Esto puede incluir adaptaciones en la dieta, el estilo de vida y las prácticas de tratamiento.
- Respeto y Sensibilidad: Evitar juzgar o imponer tus propias perspectivas.

- **Comunicación Efectiva:** Comunicación clara y abierta para garantizar que la comunidad comprenda los beneficios y objetivos de las intervenciones. Escucha activamente sus inquietudes y comentarios.
- **Uso de Recursos Locales:** Aprovechar los recursos locales, como curanderos tradicionales, líderes religiosos y otros proveedores de atención de salud, para colaborar en la prestación de cuidados.
- **Evaluación Continua:** Evaluar regularmente la efectividad de tus intervenciones y programas, la retroalimentación de la comunidad para ajustar tus enfoques según sea necesario.
- **Desarrollo de Alianzas:** Trabajar en conjunto con organizaciones locales y grupos comunitarios para abordar temas de salud. Establecer alianzas fortalece la capacidad de impacto y alcance.
- **Respeto a la Autodeterminación:** Reconocer y respetar la autonomía de la comunidad en la toma de decisiones sobre su propia salud, apoyar y facilitar, no dictar.

## La terapia Holística y el rol de Enfermería

La terapia holística es un enfoque de atención de salud que reconoce la interconexión y la totalidad de los aspectos físicos, emocionales, mentales y espirituales de una persona. Se basa en la creencia de que el bienestar y la salud óptima se logran cuando estos aspectos están en equilibrio y armonía. La terapia holística busca abordar la raíz de los problemas de salud en lugar de simplemente tratar los síntomas, y promueve la autocuración y la autorregulación del cuerpo. Este enfoque considera a cada individuo como un ser único y busca comprender las causas subyacentes de sus problemas de salud, además las implicaciones de la terapia holística en la salud comunitaria son significativas, ya que abordan las necesidades de las comunidades de manera integral y profunda<sup>6</sup>. Algunas de las implicaciones más destacadas son:

- Atención Centrada en la Persona: coloca a la persona en el centro de su propio proceso de curación. En la salud comunitaria, esto significa considerar las particularidades de cada individuo y comunidad al diseñar programas y estrategias de atención.
- Promoción de la Prevención: no solo trata enfermedades existentes, sino que también enfatiza la prevención. Esto es relevante en salud comunitaria, donde la educación sobre prácticas saludables y la prevención de enfermedades pueden tener un impacto significativo en la salud a largo plazo.
- Enfoque en el Bienestar Integral: busca el bienestar en todos los niveles, incluyendo el físico, emocional, mental y espiritual. En las comunidades, esto implica no solo tratar enfermedades físicas, sino también abordar el estrés, la ansiedad, la salud mental y otros aspectos.
- Participación Activa: promueve la participación activa del individuo en su proceso de curación. En la salud comunitaria, esto puede traducirse en empoderar a las comunidades para tomar decisiones informadas sobre su propia salud y participar en programas de autocuidado.

- **Abordaje de Causas Subyacentes:** En lugar de tratar solo los síntomas, busca las causas subyacentes de los problemas de salud. Esto es relevante en la salud comunitaria, ya que puede ayudar a identificar factores sociales, económicos y ambientales que contribuyen a las enfermedades.
- **Integración de Enfoques Complementarios:** incorpora enfoques complementarios como la nutrición, la acupuntura, el yoga y otras terapias alternativas. En las comunidades, esto puede brindar opciones de cuidado más amplias y variadas.
- **Impacto en la Calidad de Vida:** busca mejorar la calidad de vida en general, no solo eliminar síntomas. En la salud comunitaria, esto puede mejorar la calidad de vida de los individuos y, en última instancia, de toda la comunidad.

El rol de la enfermería en la terapia holística es fundamental para brindar una atención de salud integral que aborde no solo los aspectos físicos de la enfermedad, sino también los emocionales, mentales y espirituales de los pacientes. La terapia holística reconoce la interconexión de todos estos aspectos en la salud y busca equilibrarlos para promover la curación y el bienestar general. En este contexto, el papel de la enfermera es esencial para llevar a cabo una atención centrada en el paciente y enriquecer la experiencia de cuidado, algunas de las funciones de enfermería en este rubro son<sup>7</sup>:

- **Evaluación Integral:** evaluación exhaustiva de la salud del paciente, teniendo en cuenta no solo los síntomas físicos, sino también su historia personal, emocional y espiritual.
- **Planificación Individualizada:** elaboración un plan de cuidado personalizado que aborde sus necesidades físicas, emocionales y espirituales. Esto puede incluir recomendaciones para terapias complementarias, técnicas de relajación, ejercicios de mindfulness y otras intervenciones holísticas.
- **Educación y Empoderamiento:** educar al paciente sobre los principios de la terapia holística y cómo pueden integrar prácticas de autocuidado en su vida diaria.

- Apoyo Emocional: proporcionar un espacio seguro y de apoyo para que el paciente pueda expresar sus emociones y preocupaciones.
- Integración de Terapias Complementarias: colaborar con terapeutas y profesionales de terapias complementarias, como aromaterapeutas, terapeutas de masaje, acupunturistas y otros, para diseñar un enfoque holístico completo para el paciente.
- Fomento de la Autocuración: promover la idea de que el cuerpo tiene la capacidad de sanar y de recuperar su equilibrio natural.
- Seguimiento y Evaluación: monitorear continuamente el progreso del paciente en su viaje de curación holística.

## Estudio de la comunidad

### **Aspectos históricos de la Ciudad de Mexico**

Los datos históricos para destacar de la Ciudad de México son: la fundación de esta durante el Virreinato de la Nueva España, estableciéndose sobre los vestigios arqueológicos de la antigua México-Tenochtitlán. En 1823, al terminar de manera oficial el Primer Imperio Mexicano y con la proclamación de la Primera República Federal, el 18 de noviembre de 1814 el Congreso decidió fundar un Distrito Federal para albergar los poderes Ejecutivo, Legislativo y Judicial.<sup>1</sup>

Se establece con un territorio “autónomo” a los poderes de la unión para evitar la hegemonía de alguno de los estados que integran la República Mexicana por encima del resto. La creación de una entidad autónoma en el país nace de ideas políticas y liberales propias del siglo decimonónico, siendo Fray Servando Teresa de Mier uno de sus principales impulsores, además se puede mencionar que en general la Ciudad de México a lo largo de su historia, fue escenario de múltiples conflictos, entre los que destacan la lucha interna entre grupos federalistas y centralistas, dos invasiones extranjeras (la francesa y la norteamericana) y la Guerra de Reforma entre los bandos conservador y liberal, y en el marco del Porfiriato, se realizaron cuantiosas obras urbanísticas, muchas de las cuales permanecen en la actualidad.<sup>8</sup>

La tribu de los Xochimilcas fue la primera de las siete tribus Nahuatlacas en llegar al Valle del Anáhuac. A su llegada, se asentaron en Cuahilama, cerro sagrado ubicado en el ahora pueblo de Santa Cruz Acalpixca y del cual, partió la expansión de la población hacia tierras más bajas y, posteriormente, a la ocupación del lago mediante la construcción de chinampas. Ellos establecieron su ciudad en el siglo X y a partir de ese momento, extendieron su dominio hacia zonas aledañas como Tlayacapan, Xumiltepec, Chinameca, Mixquic, Tláhuac, Tepoztlán y Hueyapan, donde ejercieron poder político y económico.<sup>9</sup>

Hablando San Luis Tlaxialtemalco se encuentra dentro de la alcaldía de Xochimilco, y es considerado uno de los 14 pueblos originarios un pueblo cumple con esta categoría cuando: ya que se reconoce por tener una historia de origen prehispánico representando parte de la cultura mexicana, Poseen un territorio en el que se distinguen espacios de uso comunitario y ritual; se identifica el centro con una iglesia o capilla, la plaza, el mercado y su propio panteón, poseen terrenos agrícolas o forestales en forma de ejidos, propiedad privada o comunidad agraria, Las festividades religiosas y cívicas cumplen la función de generar liderazgos para ejercer los cargos, y para el colectivo es el medio para refrendar la pertenencia al pueblo, contribuyendo a la continuidad de las identidades locales; el santo patrón y otras deidades son la base a partir de la cual se establecen nexos duraderos con otros pueblos.<sup>10</sup> El pueblo de San Luis Tlaxialtemalco parte del reconcomiendo de dichas característica.

#### Ubicación geográfica de San Luis Tlaxialtemalco

San Luis Tlaxialtemalco ubicado en la Alcaldía Xochimilco entre las coordenadas geográficas 19° 15' 29.66" y 19° 15' 35.06" de latitud norte; y 99° 01' 39.60" y 99° 01' 51.07" de longitud oeste, en la parte centro-oriente de la dicha Delegación. Se encuentra rodeado en su totalidad por las calles: Avenida Año de Juárez al norte, Av. 5 de mayo al sur, Hermenegildo Galeana al oriente y Acuexcomac al poniente colinda al este con Santiago Tulyehualco y al oeste con San Gregorio Atlapulco; limita al norte con el canal de Chalco y los ejidos de Santiago Zapotitlán y San Pedro Tláhuac, de la alcaldía de Tláhuac, al sur con el cerro Teutli y la alcaldía de Milpa Alta. Con un clima es templado subhúmedo, presenta un verano fresco con lluvias en verano, con temperaturas de 15°C con variaciones de +-4° C en invierno, con flora y fauna abundante y variada (Figura 1).<sup>11</sup>

Figura 1. Mapa Pueblo San Luis Tlaxialtemalco



Fuente: INEGI Google Maps, 2020

### Antecedentes históricos

La palabra Tlaxialtemalco viene del origen nahual que significa “el lugar donde se hacen braceros” de las raíces tlaxiacatl-hacer, tlematl-bracero, co-hacer. Los habitantes originarios se les adopta con el nombre de “petlaxil” en donde petlatl significa petate y xoctli ombligo, refiriéndose personas que hacen petates, El poblado de San Luis Tlaxialtemalco, también es conocido como San Luis de las Flores por su cultivo de flores ornamentales (Figura 2). Las actividades productivas eran la explotación agrícola a base del sistema chinampero y del cultivo temporal del cerro; ésta se complementaba con la ganadería en pequeña escala de bovinos, porcinos y caprinos, además de la cría de aves de corral.<sup>12</sup>

Figura 2. Invernadero en San Luis Tlaxialtemalco



Fuente: Tlaxialtemalco San Luis, Facebook 2020

## Delimitación y extensión territorial

**Clima:** Xochimilco cuenta con un clima que es templado, subhúmedo, con lluvias en verano y otoño, la precipitación anual oscila entre los 200 y los 900 milímetros cúbicos de agua con una temperatura media anual es de 15.9 ° C.

**Flora:** La vegetación propia de la zona lacustre está formada principalmente por ahuejotes, típicos de la región, sembrados antaño para fijar las chinampas al fondo del lago y que producen gran cantidad de oxígeno. Otros árboles que también bordean los canales son las casuarinas, los sauces, los alcanfores y los eucaliptos que comparten el lugar con plantas como: españadas, hojas de flecha, alcatraces, tule, navajillo, lirio y ninfa amarilla, blanca y salmonada, ésta última en peligro de extinción.

En las partes elevadas hay pequeñas zonas de bosque mixto con algunos pinos, cedros, ahuehuetes, ocotes, encinos y tepozanes, siendo que en las zonas de mayor altura pueden encontrarse capulines, durazno, nuez, zapote blanco, higo, breva, tejocote, eucaliptos, alcanfor, jarillas y pirúles principalmente y aún mantienen un cultivo constante de flores, entre las que figuran: alcatraz, aretillo, azalea, clavel, cempoaxóchitl, dalia, flor de calabaza, floripondio, gladiola, girasol, clavelina, mercadela, flor de chícharo.

**Fauna:** Xochimilco posee dentro de su variado ecosistema, presencia de fauna terrestre, acuática y aérea dadas las condiciones propias de cada región, que permiten el desarrollo y proliferación de diferentes especies locales e inclusive migratorias.

- **Fauna terrestre:** En cuanto a fauna terrestre, Xochimilco cuenta con: liebres, conejos, teporingos, comadreas, tlacuaches, ardillas, tejones, zorrillos, tuzas, ratones de campo, lagartijas, víboras de cascabel y escorpiones, por mencionar algunos.

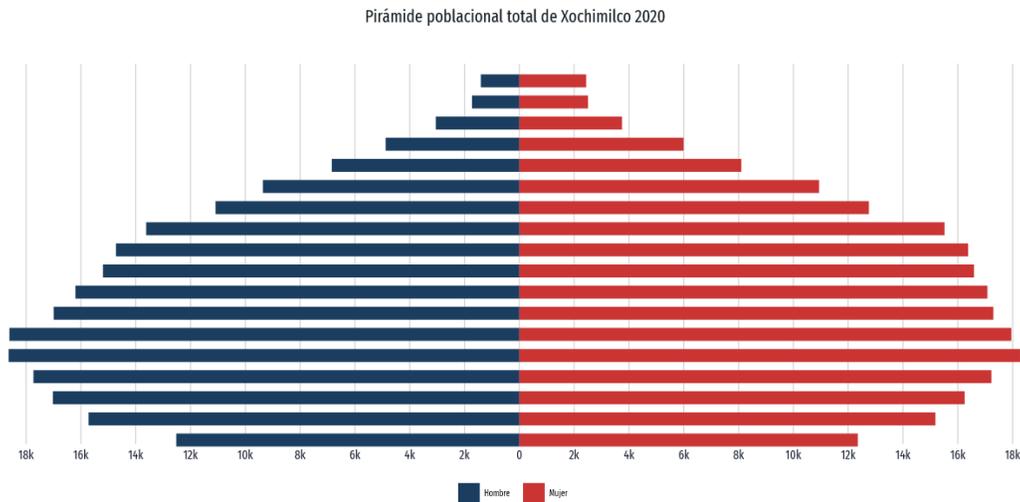
- Fauna acuática: La fauna acuática está compuesta por: tilapia o mojarra de agua dulce, ajolote (endémico de la región), ranas cencuate, culebra negra de agua y pato, principalmente.
- Fauna aérea: Las especies de fauna aérea se constituye por: garza blanca, gris y plateada; gallinas, gallaretas, perro de agua, gaviotas, urracas, pelícanos (provenientes de California), búhos, lechuzas, halcones, aguilillas, cenizotes, gorriones y calandrias, entre otros.<sup>13</sup>

## **Demografía**

Xochimilco forma parte de las 16 alcaldías de la Ciudad de México, el cual cuenta con 18 barrios y 14 pueblos.<sup>14</sup> De acuerdo con el censo de población y vivienda 2020 la población total de Xochimilco en 2020 fue 442,178 habitantes, siendo 226,726 mujeres correspondiente a un porcentaje de 51.3% y 215,452 hombres correspondiente al porcentaje de 48.7%. Los rangos de edad que concentraron mayor población fueron 20 a 24 años (36,979 habitantes), 25 a 29 años (36,563 habitantes) y 15 a 19 años (34,956 habitantes). Entre ellos concentraron el 24.5% de la población total. Valores que corresponden del cuestionario básico.<sup>15</sup>

La pirámide poblacional se toma de acuerdo al censo de Población y Vivienda 2020 (Censo 2020) donde se visita cada una de las viviendas para obtener información sobre estas, contar a la población que vive en Xochimilco indagar sobre sus principales características demográficas, socioeconómicas y culturales (Figura 3).<sup>16</sup>

Figura 3. Pirámide poblacional total de Xochimilco



Fuente: Censo de Población y Vivienda 2020 - Cuestionario Básico.

### Ocupación y economía

Xochimilco se caracterizaba por llevar un sistema chinampero predominante del trabajo agrícola (Figura 4) actividad que aportaba beneficios ambientales a la salud en el ecosistema, el aprovechamiento de materia orgánica, que a lo largo del tiempo se fue deteriorando debido al descenso del nivel de agua de los canales y por la destrucción de las riberas, el azolve de los canales y la saturación que se registra por el tráfico de las trajineras, generada por la actividad turística. Al paso de los años perdura como una forma tradicional de conservar dicha actividad en donde gran parte de la población sostiene su economía y una forma más de conservar la identidad de la comunidad.<sup>17</sup>

La economía de Xochimilco tiene un auge en ventas y compras internacionales en base a medicamentos que consisten en productos mixtos o sin mezclar, preparaciones para usos terapéuticos, En diciembre de 2022, las ventas internacionales de Xochimilco fueron \$26,800,000.00 y un total de \$41,900,000.00 en compras internacionales.

Según datos del Censo Económico 2019, los sectores económicos que concentraron más empleados dependientes de la unidad económica en Xochimilco fueron Comercio al por Menor (19,988 empleados), Industrias Manufactureras (6,789 empleados) y Servicios de Alojamiento Temporal y de Preparación de Alimentos y Bebidas (5,738 empleados).<sup>18</sup>

Figura 4. Canal de Acuexcomatl



Fuente: Tlaxialtemalco San Luis, Facebook 2020

## Condiciones de salud en el pueblo de San Luis Tlaxialtemalco

Entender el saneamiento ambiental es identificar y evaluar factores de riesgo sobre la salud, condicionados por actitudes y prácticas inadecuadas a nivel familiar, comunitario y regional.<sup>19</sup> El Bosque de San Luis Tlaxialtemalco corresponde un suelo del tipo Feozem calcárico, que son: suelos calcáreos, al menos entre los 20 a 50 cm de profundidad, ricos en materia orgánica, de color oscuro y gran contenido de calcio.<sup>20</sup>

Se cuenta en el pueblo con servicios públicos como: alcantarillado, drenaje 70%, agua potable en un 70% (los barrios que se encuentran en el cerro no cuentan con este servicio, el cual llega a través de Pipas), alumbrado público 80% (los barrios del cerro no cuentan con postes) y un 75% de las calles están pavimentadas. Los servicios urbanos con los que cuenta son: telefonía doméstica 90%, teléfonos públicos 80%, transporte colectivo de Taxis de San Luis Tlaxialtemalco.<sup>21</sup>

### Organización

#### Educación

Con respecto a la alcaldía en 2020, los principales grados académicos de la población de Xochimilco fueron Secundaria (29.6% del total), Preparatoria o Bachillerato General (24.3% del total) y Licenciatura (19.3% del total). Y en cuanto a la tasa de analfabetismo su promedio fue de 1.95%, el total de población analfabeta, 34.8% correspondió a hombres y 65.2% a mujeres.<sup>22</sup>

San Luis Tlaxialtemalco cuenta con escuelas públicas y privadas: tres escuelas públicas, una a nivel preescolar (ubicada a lado este del pueblo), educación primaria y una secundaria técnica (la cual es una de las 120 escuelas secundarias de la CDMX que cuentan con actividades tecnológicas de acuacultura, cunicultura e invernaderos. Las 4 escuelas privadas son: un preescolar, un preescolar con preprimaria, una estancia infantil y un maternal infantil.

Dentro de sus recursos humanos y materiales que benefician el pueblo cuenta con un bosque de 35000m<sup>2</sup> ,un centro de salud comunitario donde se dan consultas en medicina general, ubicado en el barrio de la Calendaría; un Centro Comunitario de Servicios Integrales(SECOI), donde se imparte diferentes cursos de carácter social, el Centro Universitario de Enfermería Comunitaria (CUEC-ENEO) el cual es dependiente de la Facultad de Enfermería y Obstetricia de la UNAM (ubicada en el lado sur-este del pueblo).<sup>23</sup>

En el aspecto religioso la población, en su mayoría católica, asiste al templo de San Luis Obispo de Tolosa, aunque existen dos templos llamados de "protestantes"; en el cerro se encuentra el Templo de la luz del mundo. hay presencia de testigos de Jehová, estos no tienen templo. La proporción es de aproximadamente 96% de católicos, 2% de protestantes y 2% de testigos de Jehová.<sup>4</sup>

Y parte de costumbres y tradiciones el festejo más importante y para los habitantes del pueblo es la celebración religiosa del santo patrono San Luis Obispo, en esta celebración se adorna el templo con flores, se contrata la banda de música, que regularmente es de Texcoco, se hace un programa de misas y se compran fuegos artificiales todo esto con las aportaciones de las familias del pueblo.<sup>24</sup>

## **Festividades**

Xochimilco se caracteriza porque cada año se celebran más de 400 fiestas patronales, ferias comerciales y culturales. Celebraciones como la Flor Más Bella del Ejido, que tiene sus antecedentes en la época prehispánica y que ha sobrevivido hasta nuestros días gracias a la labor incansable de todas las personas que año con año participan en ella; el culto a la imagen religiosa más importante de la demarcación, el Niño pa acompañado decomparsas de chinelos (Figura 5 ), que ejemplifica cómo la devoción y la fe de un pueblo decidido a permanecer al cuidado de su Niño del pueblo; o el tradicional día de Muertos, también se encuentran las fiestas y ferias comerciales por productores artesanales, teniendo presente ballet folklóricos, teatro, música.<sup>25</sup>

Figura 5. Recorrido del niñopa Catedral-Casa del mayordomo



Tomado por: Morones Pérez Valeria, 2021

## Población económicamente activa

Una actividad predominante de población originaria de San Luis Tlaxialtemalco es el cultivo de plantas de ornato que expende en el mercado local de plantal llamado "Acuexcómatl", donde existen cerca de 300 puestos. <sup>4</sup>

La organización de trabajo de chinampas de San Luis Tlaxialtemalco, es en su mayoría de relación individual-familiar (en donde uno o dos miembros de la familia explotan la chinampa y los demás trabajen en sector público y/o estudien, la mujer se desempeña como vendedora de los productos en el mercado) y de patrón-jornalero, los cuales suelen ser eventuales. <sup>14</sup>

### Cultura

La preservación de patrimonio cultural se vincula con la defensa de los recursos naturales y la protección del medio ambiente, es por eso que a lo largo del tiempo se han llevado a cabo proyectos que enfocan en dar protección y conservación de los atributos de Xochimilco como es los embarcaderos como zona turística y el parque ecológico, así como mercado de flores que representan monumentos históricos

Hablando de áreas recreativa que tiene la comunidad de San Luis Tlaxialtemalco es que cuenta con dos centros deportivos; el deportivo popular que data de 1967, donde actualmente existen tres canchas de básquetbol, una cancha de fútbol rápido y áreas verdes.

El Bosque de San Luis Tlaxialtemalco; es el paso hacia los pueblos de San Gregorio Atlapulco, San Luis Tlaxialtemalco, Santa Cruz Acalpixca y Santiago Tulyehualco, al norte se encuentra la avenida Año de Juárez, al sur Prolongación 5 de mayo, al este la calle Rey Tizoc y al oeste la calle Hermenegildo Galeana. En el transporte está constituido por ruta 20 Taxqueña – Tulyehualco, ruta 20 Taxqueña – Milpa Alta, RTP Taxqueña – Milpa Alta, también existiendo transporte público de taxis.

Sus áreas recreativas se considera el bosque de San Luis Tlaxialtemalco por sus áreas verdes que ofrece a sus visitantes oportunidades de recreación ya que resultan atractivas, los servicios que se pueden ofrecer para hacer un espacio más agradable y de esta forma los usuarios puedan identificar el espacio, como un lugar de entretenimiento, descanso y espacio deportivo al aire libre.

Actividades realizadas por la comunidad para el bienestar colectivo es la preservación del sistema chinampero, así como el cultivo de plantas ornamentales que favorece a empleos dentro de la comunidad. Cuenta como su centro de desarrollo forestal con servicios de invernaderos, procesamiento de semillas, almacén de productos químicos y programas regionales agrícolas. Dentro de la comunidad de San Luis Tlaxialtemalco se realizan acciones para la conservación, restauración e incrementación de recursos naturales para el aprovechamiento de sus recursos los cuales consisten en mejorar necesarias de rehabilitación de tomas de agua, luz, mantenimiento sanitario para brindar un adecuado servicio a los visitantes, así como programas de mantenimiento de infraestructura y áreas verdes su óptimo funcionamiento y calidad ambiental del bosque. <sup>4</sup>

## **Medicina tradicional y herbolaria**

De acuerdo con la definición de la Organización Mundial de la Salud (OMS), La medicina tradicional (MT) es la suma de conocimientos, técnicas y prácticas fundamentadas en las teorías, creencias y experiencias propias de diferentes culturas, y que se utilizan para mantener la salud, tanto física como mental.<sup>26</sup>

La medicina tradicional cuenta con varios de los criterios para considerarse patrimonio inmaterial, ya que se encuentra compuesta por conocimientos relacionados con la naturaleza y el universo, por ejemplo; el uso de la herbolaria como parte de sus métodos de sanación, también cuenta con técnicas ancestrales como son los masajes y el uso del temazcal, que son utilizados conjuntamente con rituales que buscan la prevención, y control de enfermedades relacionadas con su cosmovisión. Así mismo los conocimientos de esta práctica son transmitidos oralmente de generación en generación.<sup>27</sup>

La denominada medicina tradicional, en manos de un grupo determinado de gentes, no debiera ser analizada “en sí”, sino referida al sistema cultural dentro del cual el grupo utiliza un espectro de representaciones y prácticas producto no sólo de dicha “medicina”, sino de un conjunto de saberes que redefinen continuamente el sentido, significado y uso de la “medicina tradicional”. El proceso se opera en la mayoría de las sociedades actuales latinoamericanas en un campo sociocultural heterogéneo, que implica la existencia de diferentes formas de desigualdad y estratificación social, las cuales suponen no sólo la presencia de relaciones de explotación económica, sino de hegemonía/subalternidad en términos ideológico-culturales. Esto opera a nivel de los sujetos, de las instituciones y de los conjuntos sociales<sup>28</sup>.

El autor explica una construcción cultural de prácticas de grupos determinados a llevar a cabo representaciones de un conjunto de conocimientos encaminados a dar respuesta el sentido de la medicina tradicional en un área sociocultural.

Xochimilco es parte de la práctica de la medicina tradicional antes de la llegada de centros de salud a la alcaldía no obstante esta práctica sigue ejerciéndose en la comunidad ya sea de manera conjunta o alternativa a la medicina alópata que se ofrece en el centro de salud, clínicas y consultorios particulares.<sup>20</sup>

Las plantas medicinales de mayor uso en la población de San Luís Tlaxialtemalco de acuerdo a un estudio de búsqueda que se realizó en pueblo y usuarios que acudían al CUEC en el 2007, el cual constituía adultos mayores entre hombres y mujeres que conocían usos terapéuticos de plantas que en determinado momento de su vida usaron o recomendaron entre los usos (Figura 6).

Figura 6: Plantas medicinales de mayor uso en la población de San Luís Tlaxialtemalco.

<i>Plantas medicinales útiles para el aparato digestivo</i>	<i>Plantas medicinales útiles para el Hígado</i>	<i>Plantas medicinales útiles para el sistema urinario</i>	<i>Plantas Medicinales útiles para heridas</i>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Acelga</li> <li>2. Aguacate</li> <li>3. Ajenjo</li> <li>4. Ajo</li> <li>5. Anís estrella</li> <li>6. Anís verde</li> <li>7. Alcachofa</li> <li>8. Artemisa</li> <li>9. Arroz</li> <li>10. Calabaza</li> <li>11. Canela</li> <li>12. Cedrón</li> <li>13. Diente de león</li> <li>14. Epazote</li> <li>15. Epazote morado</li> <li>16. Flor de Jamaica</li> <li>17. Guayaba</li> <li>18. Hierba de la golondrina</li> <li>19. Muicle</li> <li>20. Rosa de castilla</li> <li>21. Sen</li> <li>22. Tapa cola</li> <li>23. Tronadora</li> <li>24. Toronjil</li> <li>25. Yerba buena</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ajenjo</li> <li>2. Boldo</li> <li>3. Cedrón</li> <li>4. Cuasia</li> <li>5. Cuatecomate</li> <li>6. Espinosilla</li> <li>7. Sábila</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ajo</li> <li>2. Cabello de elote</li> <li>3. Cola de caballo</li> <li>4. Doradilla</li> <li>5. Guazuma</li> <li>6. Lantén</li> <li>7. Limón</li> <li>8. Palo dulce</li> <li>9. Papa</li> <li>10. Pinguica</li> <li>11. Tejocote</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Aguacate</li> <li>2. Arnica</li> <li>3. Bálsamo</li> <li>4. Gordolobo</li> <li>5. Hierba mora</li> <li>6. Mamey</li> <li>7. Mercadela</li> <li>8. Sandía</li> </ol>

Fuente: Encuesta adultos mayores de San Luís Tlaxialtemalco 2007

## Actividades del servicio social

Dentro de las actividades realizadas durante la pasantía las principales actividades fueron de promoción en salud en redes sociales (Facebook) del Centro de Enfermería Comunitaria de la Facultad de Enfermería y Obstetricia, la consultoría de enfermería dentro de las instalaciones con enfoque en terapia holística, Trabajo en espacios sociales y las visitas domiciliarias a familias para el seguimiento en salud, las cuales también forman parte de las funciones esenciales de enfermería (tabla 1) , a continuación, se describen cada una de ellas.

### Promoción en salud en redes sociales

La promoción en salud a través de las redes sociales es una estrategia cada vez más relevante en el campo de la enfermería y la atención médica en general. Las redes sociales ofrecen una plataforma poderosa para llegar a una audiencia amplia y diversa, y pueden ser utilizadas para educar, concientizar y promover hábitos saludables entre la población<sup>29</sup>. Para esto fue necesario hacer investigación y recopilación de información, planificación de campañas, interacción con la audiencia y evaluación de impacto.

Los medios digitales que se utilizaron son: flyers, post informativos y videos didácticos por medio de aplicación en tendencia.

Tabla 1: Material de actividades desarrolladas en redes sociales.

TIPOS DE MATERIALES	
FLYERS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Programa de formación interna de pasantes del CUEC</li> <li>• Días conmemorativos nacionales e internacionales en relación en salud</li> <li>• Temas específicos</li> <li>• Recomendaciones de ocio</li> <li>• Talleres brindados de manera remota y presencial</li> <li>• Concursos interactivos</li> <li>• Servicios brindados dentro del CUEC</li> </ul>
POST	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Datos curiosos en relación a salud</li> <li>• Participación del CUEC con dependencias de gobierno, congresos, trabajo en espacios sociales</li> </ul>
VIDEO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informativos</li> <li>• Capsulas en relación ¿Qué es la Enfermería?- con respuesta de cada pasante</li> </ul>

Elaborado por: Valeria Morones Pérez

**Tabla 2 INTERVENCIONES DE ENFERMERÍA**

	INTERVENCIONES	FUNDAMENTACION
<b>Asistencial</b>	<p>CONSULTAS Generales Holísticas (Aplicación de auriculoterapia) Control de enfermedades no trasmisibles Promoción a la salud Salud del niño sano</p>	<p>Dentro de las habilidades que desempeña Enfermería y bajo norma oficial mexicana 019, “para la práctica de enfermería en el sistema nacional de salud”<sup>30</sup> y ley general de salud artículo 28 bis, puede ofrecer intervenciones de consultoría, desempeñe dicha acción, lleve un marco de promoción y prevención a la salud y prescribir aquellos medicamentos del cuadro básico que determine la Secretaría de Salud, así como de seguimiento en el estado de salud de los personas atendidos, la atención era con un mayor enfoque a personas con enfermedades crónicas no trasmisibles.</p>
<b>Administrativa:</b>	<p>Prever los recursos humanos y materiales necesarios para la atención de las actividades propias de enfermería. Supervisar y evaluar la calidad del cuidado brindado a cada persona.</p>	<p>Ejercer intervenciones administrativas requiere de conocimientos y habilidades que le permitan planear, organizar, dirigir, ejecutar y evaluar la atención de enfermería y los servicios a su cargo De esta forma se logra ejercer influencia positiva no sólo con el personal auxiliar de enfermería, sino también con otros profesionales, tanto del equipo de salud como de otras disciplinas, permitiendo además obtener el respeto, apoyo y comprensión de la comunidad en general y de las autoridades de salud en especial. 31</p>
<b>Docente</b>	<p>Apoyo alumnos de pregrado en prácticas de salud colectiva. Educación para la salud por medio de redes sociales (Los medios digitales que se utilizaron son: flyers, post informativos y videos didácticos por medio de aplicación en tendencia)</p>	<p>La educación para la salud pretende capacitar a las personas, con la finalidad de lograr comportamientos específicos conscientes, autónomos y estables, así como para diversas situaciones personales de salud y bienestar, y para aumentar la conciencia sobre los determinantes sociales de la salud. Tiene como propósito, transmitir conocimientos que motiven y potencien el saber y el saber hacer, así como el desarrollo de conductas encaminadas a la conservación de la salud del individuo, la familia y la comunidad, para lograr estilos de vida saludables.<sup>32</sup></p>
<b>Investigación</b>	<p>-Investigación de enfermedades no trasmisibles expuestas en grupo</p>	<p>Generación de conocimiento, con el fin de mejorar la efectividad, eficiencia (intervenciones costo-efectivas) y seguridad en la gestión y ejecución del cuidado a la persona. La investigación permite generar conocimiento y construir la Evidencia de Enfermería para sustentar las acciones de enfermería con mayor certidumbre y basada en la demostración científica siendo así el principal objetivo mejorar la Calidad de la intervención de enfermería. 33</p>

Las redes sociales fue un paso importante para la interacción con las personas, lo cual beneficio al acercamiento al centro de enfermería de manera digital y física gracias a la constancia de contenido se hizo conocer más el enfoque preventivo, el brindar de manera precisa información de los servicios y ayudo al aumento de visitas, en participación a los nuevos talleres (crianza positiva, holística, control prenatal). Durante la promoción 2021-2022 fuimos pioneras en la creación de una cuenta en la red social Tik tok, plataforma que cuenta con grandes visualizaciones, se subieron contenidos interactivos con mensajes con enfoque de educación a la salud con buena respuesta del mundo digital.

### Trabajo en espacios sociales

La comunidad es entendida como un grupo humano que habita en un territorio determinado, con relaciones interpersonales, historia, formas de expresiones y tradiciones y sobre todo con intereses comunes, es por ello que el trabajo comunitario no es solo trabajo para la comunidad, ni en la comunidad, ni siquiera con la comunidad; es un proceso de transformación desde la comunidad: soñado, planificado, conducido, ejecutado y evaluado por la propia comunidad (Figura 7)

El estado de salud, la morbilidad y las expectativas que en materia de salud tenga la población son los principales factores que determinan las necesidades de salud de la comunidad, pero además se ve influenciada por el medio social, económico, cultural y el comportamiento y criterio de los grupos que la integran. Es decir, la salud de esta está en relación con la salud de sus miembros, con los problemas que la afectan y con la asistencia sanitaria de que esta disponga. <sup>34</sup>

El centro universitario de enfermería comunitaria contribuye en materia de la salud de la población, brindando atención en espacios sociales focalizados dentro de la comunidad, realizando así intervenciones de prevención a la salud y educación a la salud, se llevó a cabo la toma de tensión arterial y toma de glicemia capilar, las personas que acudían a los puntos establecidos por medio de invitación verbal a locales, transeúntes. La actividad de prevención por medio de la toma de tensión arterial y glicemia nos basamos en las cifras obtenidas para tomar la oportunidad de brindar educación a la salud encaminados a mejorar sus estilos de vida.

Figura 7: Trabajo en espacios sociales.



Fuente: Tomada por Valeria Morones Pérez,2021

Dentro del trabajo comunitario en mejora de la salud de la población encontramos el cumplimiento de la comunidad con el esquema de vacunación, el CUEC participo en apoyo al centro de salud T-III Tulyehualco en la realización del trabajo de campo en los AGES de la población focalizadas a brindar la vacunación a infantes y adultos mayores con cartilla incompleta (Figura 8)

Figura 8: Apoyo al centro de salud T-III Tulyehualco



Fuente: tomada por Valeria Morones Pérez, 2022

## Visitas domiciliarias

La visita domiciliaria es una estrategia del servicio de salud para realizar en el hogar atenciones dirigida a la familia, cuyo objetivo es promover mejores condiciones ambientales, relacionales para favorecer el desarrollo integral<sup>5</sup> y contribuir a mejorar la calidad de vida de las personas en el aspecto físico, psicológico, social y espiritual<sup>6</sup>. Estas favorecen un clima de confianza, familiaridad, compartir experiencias, generar vínculos, discutir creencias, visualizar prácticas culturales, el funcionamiento familiar y carga del cuidador.<sup>35</sup>

Actividad que englobaba la intervención de consultoría por enfermería en complemento con el equipo de médicos pasantes en donde se brindaba atención medica solicitada por paciente o familiar, en donde se atendía para control de enfermedades crónicas, curación de heridas menores, estado de salud general. Por parte del equipo de enfermería se estructuraba actividades de reactivación al adulto mayor con el objetivo de dar seguimiento y mejorar la calidad de vida no solo del paciente sino de la familia con educación de la enfermedad para garantizar cuidados integrales (Figura 9).

Figura 9. Consultoría de enfermería en domicilio



Fuente: Tomada por: Valeria Morones Pérez, 2022

## La Consultoría de enfermería

La consultoría consiste en el profesional de enfermería utiliza sus conocimientos y experiencia clínica para promover cuidados de salud a través de diferentes medios relacionados al trato directo con el paciente y el familiar, el objetivo es trabajar como un consultor agente de cambio. La consultoría puede enfocarse como un servicio profesional o como un método de prestar asesoramiento y ayuda práctica. También es un método para contribuir, en conjunto con las organizaciones, a mejorar las prácticas clínicas especializadas, así como el desempeño individual y colectivo.<sup>36</sup>Enfermería en sus enfoques dentro de la consulta encontramos:

- *La educación a la salud:* Es un proceso de educación y de participación del individuo, paciente y/o familiar, con el fin de que adquiera los conocimientos, las actitudes y los hábitos básicos para la promoción y defensa de la salud individual y colectiva.<sup>37</sup>
- *Promoción a la salud:* Es el proceso que permite a las personas incrementar su control sobre los determinantes de la salud y en consecuencia, mejorarla. Las áreas de acción que propone la Carta de Ottawa son: construir políticas públicas saludables, crear ambientes que favorezcan la salud, desarrollar habilidades personales, reforzar la acción comunitaria, reorientar los servicios de salud.<sup>38</sup>
- *Prevención a la salud:* “Medidas destinadas no solamente a prevenir la aparición de la enfermedad, tales como la reducción de factores de riesgo, sino también a detener su avance y atenuar sus consecuencias una vez establecida” (OMS, 1998)<sup>39</sup>

Las consultas brindadas a la población iban encaminadas a satisfacer necesidades, las cuales se basaban en intervenciones de (Figura 10):

- Control de enfermedades crónicas
- Certificados médicos
- Valoración de peso y talla
- Control del niño sano
- Activación del adulto mayor
- Consultoría holística
- Salud del niño y el adolescente
- Visitas domiciliarias

Figura 10: Consulta de enfermería en instalaciones del CUEC



Fuente: Tomada por Valeria Morones Pérez, 2021

Para realizar consultoría en enfermería con enfoque en terapia holística en una comunidad se planteó la metodología de modelo de marco lógico, lo cual implica planificar, implementar y evaluar intervenciones de salud de manera sistemática y estructurada, siguiendo los siguientes pasos (Tabla 4):

1. Identificación de Problemas y Necesidades

Realizar un análisis exhaustivo de la comunidad para identificar los problemas de salud y las necesidades que podrían abordarse con la terapia holística. Puedes llevar a cabo encuestas, entrevistas y revisión de datos de salud locales para comprender los desafíos más apremiantes.

2. Definición de Objetivos

Definir objetivos claros y específicos para tus intervenciones en terapia holística. Los objetivos deben ser alcanzables y orientados a resultados. Por ejemplo, podría ser mejorar la calidad de vida de los residentes mayores a través de enfoques holísticos.

3. Diseño de Intervenciones

Diseñar intervenciones basadas en el enfoque holístico que aborden los problemas y necesidades identificados. Esto podría incluir sesiones de terapia de relajación, técnicas de respiración, actividades físicas suaves, asesoramiento nutricional, entre otros.

4. Creación del Marco Lógico

Utilizar el enfoque del marco lógico para estructurar tu plan. Esto implica identificar los componentes clave: problema, propósito, resultados esperados, actividades, recursos y supuestos.

5. Implementación

Llevar a cabo las intervenciones según lo planeado. Proporciona las sesiones de terapia holística, mide el progreso de los participantes y adapta tus actividades según sea necesario.

La combinación de la consultoría en enfermería y la terapia holística con el enfoque del modelo de marco lógico permite una planificación estructurada y una evaluación efectiva de las intervenciones de salud en la comunidad. Recuerda que la colaboración y la comunicación constante con los miembros de la comunidad son esenciales para el éxito de este enfoque.

La primera consulta se llevó a cabo el 11 de noviembre del 2021, dentro de la consultoría, el problema principal de salud por la cual los usuarios asistían, la mayoría mujeres se relacionan con la carga social, económica que asumen la mujer mexicana hoy en día; la crianza de hijos, el sustento económico de un hogar con o sin pareja como pilares, dicho panorama conlleva al aumento de estrés como respuesta emocional de las diversas actividades cotidiana.

Las mujeres que acudieron a consulta holística su principal problema de motivo de consulta se basaron: en tensión de hombros, insomnio, dificultad para concentrarse, dolor de cabeza, sensación de desesperación, cambios de humor, deterioro en la relación familiar, falta de energía.

### **El Estrés**

Entonces así entendemos que el estrés se define como un proceso natural como respuesta automática por alguna situación física o emocional dada ante condiciones externas las cuales resultan amenazadoras o desafiantes, que moviliza las áreas físicas, mentales y conductuales y perturban el equilibrio emocional de la persona, este cambio modifica estilos de vida.

El estrés se clasifica en función de la durabilidad: Estrés agudo; surge de las exigencias y presiones del pasado reciente y las exigencias y presiones anticipadas del futuro cercano, agudo episódico; cuando se padece estrés agudo con mucha frecuencia tanto que no puede organizar la cantidad de exigencias ni presiones y crónico; un estado constante de alarma surge cuando una persona nunca ve una salida a una situación deprimente pueden provenir de experiencias traumáticas de la niñez que se mantienen presentes constantemente. El estrés tiene 2 fases:

1. Fase de alarma o huida, en esta fase el cuerpo se prepara para producir el máximo de energía que se da cuando enfrentamos una situación difícil, con los consecuentes cambios químicos, fase de resistencia, es cuando se mantiene la situación de alerta, sin que exista relajación. El organismo intenta retornar a su estado normal, y se vuelve a producir una nueva respuesta fisiológica,
2. Fase de agotamiento, sucede cuando el estrés se convierte en crónico, y se mantiene durante un período de tiempo que varía en función de cada individuo. Esta fase es la que más problemas ocasiona, pues si la activación, la tensión, los estímulos y demandas estresantes no disminuyen, el nivel de resistencia termina por agotarse, apareciendo de nuevo la alarma y en consecuencia los problemas tanto físicos. como psicológicos. Esta fase provoca debilidad, se descansa mal, aparece sensación de angustia y deseo de huida.<sup>22</sup>

Su diagnóstico va desde una serie de indicadores que determinan el nivel de estrés de cada persona, desde un nivel cognitivo el cual se caracteriza en analizar las características de pensamientos, sentimientos de miedo y aprensión, su importancia de solucionar esta área es ya que repercute en inseguridades, falta de concentración lo que conlleva a una falta de atención , el nivel fisiológico se manifiesta con gran variedad de síntomas físicos como dolores de cabeza, hipertensión, debilidad, alteraciones del sueño, sensaciones de ahogo, aumento de la sudoración, molestias en el estómago, enfermedades en la piel, tensión generalizada, dolor de cuello, de espalda, dolor de pecho que simula infarto de corazón, el indicador motor se producen acciones observables como llorar con facilidad, aumenta la frecuencia de hábitos compulsivos como las toxicomanías.<sup>22</sup>

Dentro de sus alternativas encontramos la alimentación adecuada compuesta de vitaminas, minerales y enzimas que ayudan al organismo, acompañado de ejercicio físico el cual obliga al cerebro a producir endorfinas que potencian naturalmente el estado de ánimo, entre otras terapias encontramos terapias especializadas como

masajes, técnicas especializadas en puntos de presión, medicina alternativa que contribuye al lograr relajación a la persona. <sup>40</sup>

La auriculoterapia ha demostrado tener directamente relación con el sistema nervioso central, ayudando a tratar trastorno del organismo, favoreciendo la homeostasis del cuerpo, ya que es una práctica no invasiva, considerada una herramienta que ha presentado evidencia para ser utilizada bajo constancia de intervenciones (estudios que utilizan la técnica por presión, acupuntura o estimulación eléctrica, mediante semillas, agujas). Los tratamientos para ansiedad, estrés o burnout generalmente se relacionan con medicamentos ansiolíticos, calmante y antidepresivos bajo el enfoque psicológico, por lo que es fundamental intervenciones no farmacológicas como parte integradora y complementaria para tratar trastornos físicos, psicológicos y emocionales. La auriculoterapia utiliza un microsistema como reflexología de acción neurológica del sistema parasimpático y basada en la medicina tradicional.<sup>28</sup>

Dentro del centro universitario de enfermería comunitaria, fue un pilar importante en acción de enfermería como intervención no farmacológica, porque genera adherencia que no tiene efectos secundarios y que se apaga a respuesta de medicamentos ansiolíticos y trabaja con las esferas del ser humano como es la parte psicológica, emocional y espiritual, llevando así al paciente a un estado de homeostasis.

### **La Auriculo Terapia**

Durante mi formación académica de la licenciatura tuve la asignatura de cuidados holísticos donde aprendí diferentes terapias, una de ellas fue la aplicación de auriculoterapia por lo cual se me brindó la oportunidad de llevar dichas intervenciones dentro del centro universitario de Enfermería comunitaria.

La asistencia de las mujeres a la consulta de auriculoterapia, y otras intervenciones realizadas dentro del CUEC fue con la fuente digital de las redes sociales encargadas de la difusión de material digital que aportaba a la comunidad información de promoción y prevención a la salud.

Medio por el que conocieron el servicio de holística

Nombre	Redes sociales	Asistencia directa al CUEC	Vecinos
Calzada López		x	
Valente vital		x	
Reyes Gutiérrez	x		
Gutiérrez Juárez			x

Se inició el espacio de brindar la atención de consultoría de holística con los servicios de musicoterapia, auriculoterapia y acupresión de los cuales a la pedir el servicio y ser atendidos dentro del consultorio se explicó los benéficos de cada terapia, la cual las usuarias manifestaron el conocimiento de los beneficios de la auriculoterapia por lo que optaron por recibir dicha atención, se abrió expediente y se les daba un seguimiento de mejoría (tabla 3)

Entendemos un tratamiento alternativo o complementario a aquel que se refiere a un grupo de prácticas sanitarias que no forman parte de la tradición de un propio país, o no están integradas al sistema sanitario dominante, pero que son practicadas y utilizadas por la población.<sup>23</sup>

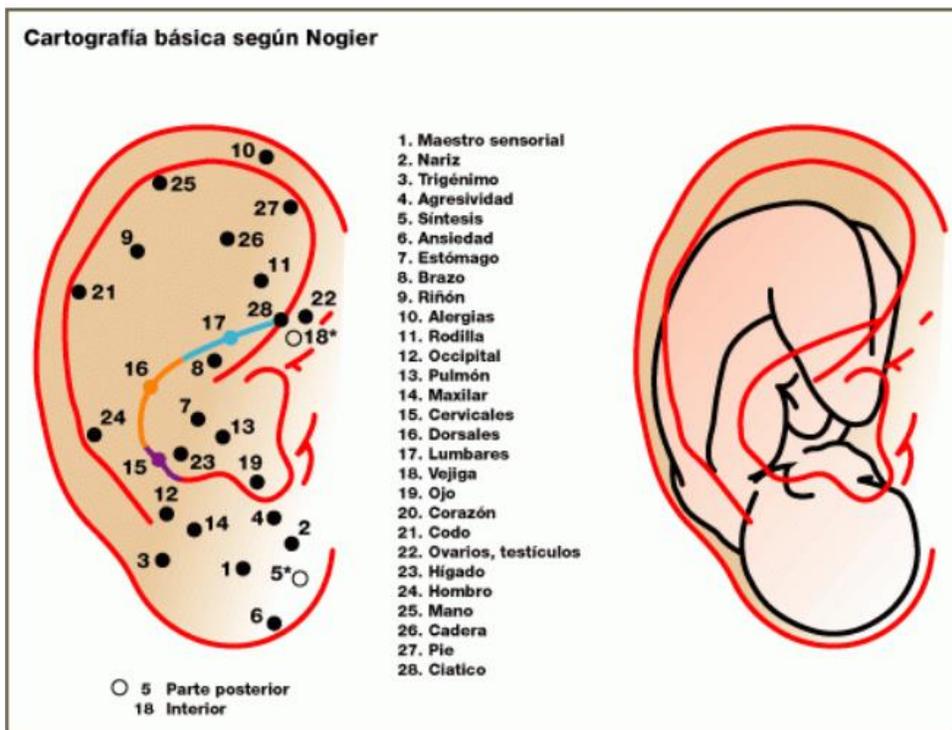
La auriculoterapia es un tratamiento que requiere, para su aplicación conocimientos relacionados con el área de la salud para entender la enfermedad. Esta técnica es un tratamiento alternativo que puede lograr que la persona enferma sane o ayude a controlar sus molestias que se presentan.

Auriculoterapia es una palabra que deriva del griego terapia, que significa curar, y de latín aurícula, que quiere decir oreja. La oreja está considerada como un microcosmo del ser humano, en el que se representa la mente, el cuerpo y todas

las funciones del hombre, es decir, tiene relación con cada parte del cuerpo y con cada función de cada órgano que están en el cuerpo<sup>41</sup>.

Se entiende por medio de cartografía que en la oreja se encuentra representado el cuerpo por medio de un feto en una posición de cabeza: la cabeza se encuentra en dirección del lóbulo y la región glútea en dirección del pabellón (Figura 7).

Figura 7. Cartografía básica según Nogier



Fuente: Auriculoterapia: una opción para sanar. Revista digital universitaria

La forma de acción de la auriculoterapia se sabe, desde la medicina china, que son doce los meridianos que se encuentran en todo el cuerpo y se conectan con la superficie de este, relacionado a todo el cuerpo con la oreja en relación con las cuatro extremidades y el sistema óseo y órganos sólidos. En la oreja se observan

cambios como pequeños puntos rojos, manchas pequeñas de color café o blanco, dolor, cambios de coloración y cambios de forma, que son las manifestaciones de la enfermedad que presenta la persona en los órganos internos, a estos puntos se les llama puntos auriculares o de reacción que son puntos que se van a estimular durante el tratamiento que se aplica.

El material empleado (semillas, balines de oro, plata, cobre etc.) se puede quedar en la oreja por un tiempo promedio de ocho días, pasado este lapso se puede retirar el material y si es necesario se vuelve a colocar los puntos elegidos en la oreja contraria a la que se inició el tratamiento, no hay límite temporal, el tiempo del tratamiento va de acuerdo con la mejoría de la persona. Los resultados dependerán del momento en que se comenzó a utilizar, es decir que cuanto más tiempo lleve la persona en una enfermedad instaurada, más tiempo tardara en sanar. <sup>23</sup>

En el Centro Universitario de Enfermería Comunitaria se estableció una hoja de control de los pacientes que asistían a consulta de terapia de holística, en el cual se detallaba el motivo de consulta y sus avances en sintomatología, enfermería interviene desde la escucha activa para conocer el campo de acción, así como poner en práctica no solo la aplicación de auriculoterapia sino recomendaciones en alimentación, ejercicios que contribuyan a un mejor estado psicológico y emocional como físico (anexos)

#### Características de mujeres que se les dio seguimiento

- Calzada López. Femenina de 43 años de edad, con nivel de estudios de Maestría en Biología Botánica, en la actualidad ama de casa, vive en casa de su suegra, madre de un menor de 5 años de edad, le dio pausa a sus actividades laborales como maestra de secundaria por su embarazo, refiere que a partir de dicha situación de pausa de actividades económicas se manifestó la presencia de estrés sumado alteraciones en el estado de ánimo resultado de aplicación de métodos anticonceptivos, en el último año ha presentado posible parálisis facial ocasionado por estrés y alteraciones

fisiológicas derivadas de haber contraído covid-19 como secuelas (caída de cabello, anosmia, dificultad en la concentración ).

- Valente Vital. Femenina de 63 años de edad originaria de Guerrero y que lleva más de 7 años viviendo en San Luis Tlaxialtemalco, viven con ella su esposo, hija, yerno y nietos, con nivel de estudios desconocidos, ama de casa con empleo informal en venta de uniformes y accesorios escolares, llego a consulta por manifestar estado de nerviosismo con ansiedad, tensión en hombros y cuello, refería insomnio, pensamientos negativos por las noches, manifestando que sucede como la falta de apoyo en casa y el bajo ingreso económico,
- Reyes Gutiérrez. Femenina Adolescente de 16 años de edad, estudiante de media superior, originaria del pueblo de San Luis Tlaxialtemalco, acudió a consulta por referir estrés, tensión muscular en el área de las cervicales y falta de concentración, con posible hipertiroidismo (atendida por especialista)
- Gutiérrez Juárez. Femenina de 46 años de edad ama de casa, madre de dos adolescentes de 16 años y 13 años originaria del pueblo de San Luis Tlaxialtemalco, acudió a consulta por referir tensión muscular en hombros, pesadez en piernas, estrés por labores domésticas y cambios en el estado de ánimo.

Tabla 3: Características específicas de pacientes atendidas

Nombre	Edad	Ocupación	Motivo de consulta	Numero de sesiones
<b>Calzada López</b>	43 años	Ama de casa	Posible parálisis facial, manifestado por estrés, desarrollado por múltiples actividades como lo es la crianza, y actividades domésticas, presenta cambios en el estado de ánimo, migraña, dolor en hombros.	3 sesiones por mes por 4 meses con dos semanas de descanso.
<b>Valente Vital</b>	63 años	Vendedora	Ansiedad y estrés relacionado al aspecto económico (bajo ingreso recibido) y familiar (falta de apoyo), presentando así tensión muscular, nerviosismo, cefalea ocasional, insomnio.	3 sesiones por mes por 4 meses con dos semanas de descanso.

<b>Reyes Gutiérrez</b>	16 años	Estudiante	Estrés relacionado por actividades escolares, manifestando tensión muscular, cambios en el estado de ánimo, nerviosismo	2 sesiones por mes por 4 meses con dos semanas de descanso.
<b>Gutiérrez Juárez</b>	46 años	Ama de Casa	Estrés por labores domésticas y cambios en el estado de ánimo y tensión muscular en hombros.	2 sesiones por mes por 4 meses con dos semanas de descanso.

Elaborado por: Valeria Morones Pérez

### **Evolución**

La aplicación de la terapia holística tenía un tiempo de duración desde el día de la primera consulta.

- Inicio semana uno: consistía en reducir síntomas presentados por estrés, aplicando así puntos tranquilizadores (para nervios, ansiedad), puntos para dolores localizados como es tensión en hombros, espalda, así como cefaleas.
- Semana de seguimiento: se realizaba de 7-10 días se valoraba cambios significativos en cuanto a sintomatología y se anotaban dentro de su hoja de valoración, dentro de esta semana si algún balín aplicado se desprendía por algún motivo se podía volver aplicar para no terminar con el paso importante del tratamiento.
- Semana de cambio: consistía en retiro de balines pasado los 10-17 días después de la primera aplicación, consulta que mostraba mayor cambio en síntomas y que era valorado de manera verbal y plasmado en sus hojas de valoración
- Aplicar Auriculoterapia no tenía un tiempo límite de aplicación, las pacientes mostraron gran mejoría de su estado de salud en relación al estrés y sus síntomas, al grado que la paciente Calzada López de manera verbal expreso que la migraña había desaparecido, y siguió continuando con la terapia por molestias externas al estrés.



**Tabla 4. Modelo lógico del problema en la consultoría de enfermería en terapia holística**

Determinantes de los factores del comportamiento	Factores del comportamiento de la población objetivo	Problema de salud	Calidad de vida
Dinámica laboral Actividades y roles familiares definidos Asignación de cuidado al género femenino	Conocimientos limitados sobre cómo manejar el estrés dentro de su entorno social Actitudes como saludables Conocimientos limitados del estado de salud en general Participación integrada en actividades realizadas en el CUEC	Automanejo de estrés en mujeres relacionado con rol social en la comunidad de San Luis Tlaxialtemalco	INDIVIDUAL Riesgo cardiovascular Cambios repentinos en el estado emocional Riesgo de sobrepeso u obesidad SOCIAL Limitación en la adaptación social Menor productividad y participación comunitaria y familiar.
Determinantes de los comportamientos en los actores del entorno		Comportamientos de riesgo de los actores en el entorno	
<p>INTERPERSONAL Familia: distribución de tareas del hogar</p> <p>ORGANIZACIONAL: Personal de salud: lineamientos de atención y cuidado estandarizado</p> <p>Interinstitucional: limitación de espacios y recursos para el descanso y recreación</p> <p>COMUNITARIO Actividades comunitarias relacionado a festividades patronales</p>		<p>INTERPERSONAL Familia: limitación en distribución de tareas del hogar</p> <p>ORGANIZACIONAL: Personal de salud: conocimientos limitados con respecto a ejecutar intervenciones para atender el estrés</p> <p>Interinstitucional: limitante en espacios y lugares recreativos</p> <p>COMUNITARIO Actividades que favorecen al consumo de alcohol, actividades patronales con festividades fuera de horarios óptimos</p>	

<b>Modelo de cambio del problema</b>			
<p>Conocimientos sobre: Signos y síntomas sobre estrés o ansiedad Sobre alimentación Sobre el descanso Actitudes Positiva hacia participar en actividades en el CUEC Positiva para seguir recomendaciones de la enfermera a cargo de la consultoría Autoeficacia (Habilidades) Habilidad para técnicas de relajación Habilidad para organizarse en tareas de hogar Habilidad para relacionar emociones positivas con los hábitos saludables.</p>	<p>En Relación con los conocimientos sobre autocuidado del estrés y ansiedad se muestra: Interés Relaciones amistosas entre vecinos Fácil promoción de actividades realizadas en el CUEC Percepción del riesgo sobre no manejar el estrés y ansiedad.</p>	<p>Morbilidad: Prevención y/o control de hipertensión arterial, cardiopatía. Mortalidad: Disminución de mortalidad por enfermedades renales y cardiovasculares. Aumento en la esperanza de vida</p>	<p>Individual: Reducción de vulnerabilidad a más enfermedades. Mejora de la actividades personales e independencia Social: Evitar el aumento del gasto familiar en salud por complicaciones y hospitalización.</p>
<b>DETERMINANTES PERSONAL</b>	<b>OBJETIVOS DE ACCIÓN (AMBIENTALES)</b>	<b>RESULTADOS EN EL AMBIENTE</b>	
Acompañamiento para mejora del estado de ánimo y apoyo familiar.	Motivan a las mujeres mantener su independencia y el autocuidado.	La pasante a cargo de la consultoría de terapias holísticas realiza las estrategias educativas con mujeres para el autocuidado.	



## SESION 1: Conocimiento relacionado alimentación-relajación

Lugar: consultorio del Centro Universitario de enfermería comunitaria

Número de Participantes: 1

<b>F Fecha de la sesión:</b> 29/11/21	Horario: 9:00 am / 09:30 am	Duración: 30 minutos
--	-----------------------------	----------------------

Per Perfil de los participantes: mujeres amas de casa con factores estresantes dentro de su entorno social y familiar

Encuadre								
Actividad	Actividades para desarrollar por el cuidador.	Actividades para desarrollar por el participante.	Recursos					
			Dinámicas Grupales	Material didáctico	Humano	Equipo	Evaluación	Duración de la Actividad.
<b>Registro de actividades.</b>	Toma de datos personales	Proporcionar datos	NA	Lista de asistencia	1 capacidad or de la salud	Expediente de registro de actividades	NA	5 Minutos.
<b>Desarrollo de actividad</b>	Se inicia con el desarrollo del tema, acerca de alimentos que favorecen la relajación	Prestar atención y expresar dudas	NA	NA	1 capacidad or de la salud	NA	NA	15 Minutos
<b>Elaboración de hoja de recomendaciones</b>	Realización de recomendaciones de alimentos relajantes de acuerdo a preferencias el usuario.	Expresar preferencias de alimentos para una mejor elaboración de recomendaciones	NA	Elaboración de hoja de alimentos	1 capacidad or de la salud	Hojas de registro de recomendaciones	NA	10 Minutos.

**SESION 2: Conocimiento ejercicios que ayudan a la relajación****Lugar: consultorio del Centro Universitario de enfermería comunitaria****Número de Participantes: 1****Fecha de la sesión: 09/12/21**Horario  
: 11:30  
am /  
12:00  
am

Duración: 30 minutos

**Perfil de los participantes: mujeres amas de casa con factores estresantes dentro de su entorno social y familiar****Encuadre.**

Actividad	Actividades para desarrollar por el cuidador.	Actividades para desarrollar por el participante.	Recursos					
			Dinámicas Grupales	Material didáctico	Humano	Equipo	Evaluación	Duración de la Actividad.
<b>Registro de actividades.</b>	Toma de datos personales	Proporcionar datos	NA	Lista de asistencia	1 capacitador de la salud	Expediente de registro de actividades	NA	5 Minutos.
<b>Desarrollo de actividad</b>	Se inicia con el desarrollo del tema, acerca de ejercicios que favorecen la relajación	Prestar atención y expresar dudas	NA	NA	1 capacitador de la salud	NA	NA	15 Minutos
<b>Elaboración de hoja de recomendaciones</b>	Realización de recomendaciones de ejercicios relajantes de acuerdo a tiempos y espacios	Expresar duda explicadas para llevar de manera óptima los ejercicios de relajación	NA	NA	1 capacitador de la salud	Hojas de registro de recomendaciones	NA	10 Minutos.

**SESION 3: Realización de dieta****Lugar: consultorio del Centro Universitario de enfermería comunitaria****Número de Participantes: 1**

<b>Fecha de la sesión:</b> 08/02/22	<b>Horario:</b> 11:00 am / 12:30 am	<b>Duración:</b> 30 minutos
--	---	-----------------------------

**Perfil de los participantes: mujeres amas de casa con factores estresantes dentro de su entorno social y familiar****Encuadre.**

<b>Actividad</b>	Actividades para desarrollar por el cuidador.	Actividades para desarrollar por el participante.	Recursos					
			Dinámicas Grupales	Material didáctico	Humano	Equipo	Evaluación	Duración de la Actividad.
<b>Registro de actividades.</b>	Toma de datos personales	Proporcionar datos	NA	Lista de asistencia	1 capacitador de la salud	Expediente de registro de actividades	NA	5 Minutos.
<b>Desarrollo de actividad</b>	Se explica la importancia de alimentos bajos en grasas, azúcares	Prestar atención y expresar dudas	NA	Folleto del instituto mexicano del seguro social	1 capacitador de la salud	NA	NA	15 Minutos
<b>Elaboración de hoja de dieta</b>	Realización de dieta de acuerdo a preferencias de alimentos y factor economía	Expresar beneficios de los alimentos bajos en grasas y azúcares	NA	NA	1 capacitador de la salud	Hojas de registro de recomendaciones	NA	10 Minutos.

## Beneficios para la comunidad

### Individual

El enfoque individual es brindar un cuidado holístico al usuario, ofreciendo como base la educación a la salud en la asistencial a la consultoría de enfermería, espacio que nos da la oportunidad de desarrollarnos con el objetivo de dar respuesta a las inquietudes de las enfermedades presentan en los personas para así encaminarlos por medio de pláticas de promoción y prevención a la salud, dichas intervenciones eran plasmadas en un expediente donde se les daba un seguimiento de control de enfermedades no trasmisibles, control del niño sano, control de salud de la mujer, control del adulto mayor y control de terapia holística (auriculoterapia), el persona llevaba un vínculo persona-enfermera, donde la comunicación era de mayor importancia para que todas las indicaciones se llevaran a cabo con un margen para tener resultados óptimos reflejados en su salud.

### Familiar

Dentro del enfoque familiar se basaba en las intervenciones individuales ya que se abordaba adultos mayores, adultos jóvenes, y adolescentes y las actividades de educación a la salud siempre iban encaminadas a ser replicadas dentro de su familia desde manejo de alimentación, actividad física y chequeos de signos y síntomas de alarma, normalmente llegaban madre-hijo-hija y se integraban a realizar actividades en mejora de su salud.

### Comunidad

Dicho enfoque se basó en la difusión de actividades que realiza el centro universitario de enfermería comunitaria, yendo a promocionar en la comunidad (locales, mercados, domicilios) los servicios que ofrece dentro y fuera del centro. Un punto clave de intervención y seguimiento de promoción a la salud fue acudir a puntos estratégicos a realizar toma de glicemias capilares y tomas de tensión arterial, así como de educación para la salud. En donde la comunidad se prestaba de manera activa y respetuosa, y era clave para dar seguimiento a las personas ya

que muchos eran propensos a enfermedades no transmisibles y no habían tenido acercamiento a valoración de signos vitales, y otra parte de la comunidad requería visita domiciliaria donde se le dio de acuerdo con sus posibilidades de espacio y tiempo y de los cuales agradecían.

## Conclusiones

El tener contacto con las personas desde un primer nivel en la comunidad de San Luis Tlaxiátemalco abre la oportunidad de realizar intervenciones independientes de enfermería, a llevar a cabo una base de comunicación como pilar de aplicación de educación para la salud, dicho enfoque descubrí que tanto o que tan poco saben las personas de sus enfermedades y tomarlo como oportunidad de enriquecer su grado de conocimientos y fortalecerlo de manera individual tiene un impacto en lo familiar ya que la mayoría de las enfermedades son hereditarias, y abordar y tener seguimientos de sus conocimientos nos lleva a tener bajas probabilidades de manifestación de las mismas. Una oportunidad de llevar un consultorio holístico en el centro universitario de enfermería comunitaria fortaleció mis conocimientos adquiridos en la licenciatura, el brindar terapia de auriculoterapia a mujeres su mayoría y disminuir sus signos y síntomas relacionados al rol de mujer me tiene satisfecha.

Encontré en el centro universitario de enfermería comunitaria oportunidades de desarrollo profesional aprendidos en la licenciatura, agrego al CUEC que me fuera gustado desempeñarme en mi zonas de conocimiento de acuerdo a mi plan de estudio como es; el trabajo con el adulto mayor, el área clínica se vio disminuida por recursos materiales escasos, sumado el tiempo de pandemia en donde las personas salían de casa con incertidumbre del impacto de la enfermedad y acercarse a un medio físico de salud era una zona de temor, dicha situación llevo a tener el centro comunitario con limitada presencia de usuarios y así mismo poca intervención por parte de pasantes de enfermería y medicina.

En última instancia, combinar la enfermería comunitaria y la terapia holística requiere una mente abierta, un enfoque sensible y la voluntad de aprender y adaptarse. Al trabajar en conjunto, estos enfoques pueden contribuir en gran medida a la salud y el bienestar integral de las comunidades, que creo sería ideal considerar los siguientes puntos para integrar la enfermería comunitaria y la terapia holística

en un enfoque de trabajo colaborativo puede ser altamente beneficioso para brindar atención de salud integral y centrada en la persona:

- **Conocer la Comunidad:** Comprende las necesidades y características únicas de la comunidad en la que trabajas. Investiga sus creencias culturales, recursos disponibles y desafíos de salud para adaptar tus enfoques de manera efectiva.
- **Educación y Sensibilización:** Educa a la comunidad sobre los principios de la terapia holística y cómo puede complementar la atención médica convencional. Explica cómo esta aproximación considera la totalidad de la persona y promueve la autocuración.
- **Establecer Relaciones:** Construye relaciones de confianza con los miembros de la comunidad. La confianza es esencial para que las personas se sientan cómodas compartiendo sus necesidades y participando en programas de terapia holística.
- **Enfoque en la Prevención:** Utiliza la terapia holística para fomentar la prevención de enfermedades. Organiza talleres sobre nutrición, manejo del estrés, ejercicios de relajación y otros temas relevantes para la salud preventiva.
- **Programas de Autocuidado:** Diseña programas que empoderen a las personas para cuidar de su propia salud. Ofrece capacitación en técnicas de mindfulness, meditación y otras prácticas que pueden ser aplicadas en la vida diaria.
- **Colaboración Interdisciplinaria:** Trabaja en colaboración con otros profesionales de la salud, terapeutas holísticos y líderes comunitarios. Una aproximación multidisciplinaria permite abordar de manera más completa las necesidades de la comunidad.
- **Personalización del Cuidado:** Aborda a cada persona como un individuo único. Considera sus necesidades físicas, emocionales, mentales y espirituales al diseñar planes de cuidado personalizados.

- **Enfoque Culturalmente Sensible:** Asegúrate de que las prácticas terapéuticas y de enfermería sean respetuosas de las creencias culturales y espirituales de la comunidad. Esto fortalece la aceptación y la adopción de las intervenciones.
- **Medición de Resultados:** Lleva un seguimiento de los resultados de tus intervenciones. Mide no solo mejoras físicas, sino también cambios en el bienestar emocional y mental de las personas.
- **Educación Continua:** Mantente actualizado en las prácticas y técnicas de enfermería comunitaria y terapia holística. La educación continua te permitirá brindar atención de alta calidad y adaptada a las necesidades cambiantes de la comunidad.
- **Evaluación y Adaptación:** Evalúa periódicamente la efectividad de tus intervenciones y adapta tus enfoques según los resultados y el feedback de la comunidad.



Expediente: \_\_\_\_\_

### Hoja de control

Nombre del paciente: \_\_\_\_\_  
 Fecha de Nacimiento: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_  
 Diagnósticos médicos: \_\_\_\_\_  
 Tratamientos médicos: \_\_\_\_\_  
 Alergias: \_\_\_\_\_  
 Fecha de inicio de tratamiento: \_\_\_\_\_

Fecha:	Valoración por patrones funcionales	Terapia	Plan de Cuidados y Observaciones
T/A:		Auriculoterapia	
FC:			
FR:			
Sat:			
Tem:			

## Referencias

---

- <sup>1</sup> Rodríguez-Gómez R, Diagnóstico Ocular del Country. Bogotá, Colombia. Los orígenes de la enfermería comunitaria en Latinoamérica. Rev Univ Ind Santander Salud [Internet]. 2017;49(3):490–7. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.18273/revsal.v49n3-2017007>
- <sup>2</sup> García Guzmán LF. Modelo de enfermería comunitaria. Una propuesta para el abordaje integral de la salud en Nicaragua. *RidEC* 2016; 9(1):54-67.
- <sup>3</sup> Dandicourt Thomas Caridad. El cuidado de enfermería con enfoque en la comunidad. Rev Cubana Med Gen Integr [Internet]. 2018 Mar [citado 2023 Ago 20]; 34( 1 ): 55-62. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21252018000100007&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252018000100007&lng=es).
- <sup>4</sup> Aguilar Guzmán O, Carrasco González MI, García Piña MA, Saldivar Flores A, Ostiguín Meléndez RM. Madeleine Leininger: un análisis de sus fundamentos teóricos. *Enferm Univ* [Internet]. 2018;4(2). Disponible en: <http://dx.doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2007.2.457>
- <sup>5</sup> Araujo Hernández M. Rol de la enfermera e influencia de los elementos culturales en la atención al paciente y familia en el proceso final de vida. Universidad de Huelva; 2021.
- <sup>6</sup> Cornejo M, Rodríguez MB. Revista de Antropología Experimental [Internet]. Ujaen.es. [citado el 21 de agosto de 2023]. Disponible en: <http://revista.ujaen.es/huesped/rae/articulos2013/02cornejo13.pdf>
- <sup>7</sup> Mijangos-Fuentes KI. El Paradigma Holístico de la Enfermería [Internet]. Edu.mx. [citado el 21 de agosto de 2023]. Disponible en: [https://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol1num2/A3\\_Paradigma\\_Holistico.pdf](https://www.unsis.edu.mx/revista/doc/vol1num2/A3_Paradigma_Holistico.pdf)
- <sup>8</sup> SIAP. Fundación del Distrito Federal [Internet]. gob.mx. [citado el 20 de enero de 2023]. Disponible en: <https://www.gob.mx/siap/articulos/fundacion-del-distrito-federal>
- <sup>9</sup> Alcaldía Xochimilco. Historia [Internet]. xochimilco.cdmx.gob.mx;2020 [citado el 29 de enero de 2023]. Disponible en: <http://www.xochimilco.cdmx.gob.mx/historia/>
- <sup>10</sup> Portal, MA. El desarrollo urbano y su impacto en los pueblos originarios en la Ciudad de México. *Alteridades* 2003, 23(46), 53-64 [citado el 29 de Enero de 2023]. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0188-70172013000200005&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-70172013000200005&lng=es&tlng=es)
- <sup>11</sup> Programa de manejo del área de valor ambiental con categoría de bosque urbano el denominado “bosque de San Luis Tlaxialtemalco”. [Internet]. ordenjuridico.gob.mx. 2014 [citado 29 Enero 2023]. Disponible en: <http://www.ordenjuridico.gob.mx/Documentos/Estatal/Distrito%20Federal/wo97580.pdf>
- <sup>12</sup> Robles Puebla MA. El culto al niño dios en san Luis Tlaxialtemalco, Xochimilco. elemento identitario y patrimonio cultural intangible. [Licenciatura]. Escuela Nacional de Antropología e Historia INAH SEP; 2010.
- <sup>13</sup> Alcaldía Xochimilco. Flora y Fauna [Internet]. xochimilco.cdmx.gob.mx;2020 [citado el 10 de Febrero de 2023]. Disponible en: <http://www.xochimilco.cdmx.gob.mx/flora-y-fauna/>
- <sup>14</sup> Características Geográficas, Delegación Xochimilco [Internet]. Archive.org. [citado el 19 de Marzo de 2023]. Disponible en: <https://web.archive.org/web/20090815114012/http://www.xochimilco.df.gob.mx/delegacion/limites.html>
- <sup>15</sup> Xochimilco [Internet]. Data México. [citado el 23 de marzo de 2023]. Disponible en: <https://datamexico.org/es/profile/geo/xochimilco>
- <sup>16</sup> Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). Censo de Población y Vivienda 2020 [Internet]. Org.mx. [citado el 1 de abril de 2023]. Disponible en: <https://www.inegi.org.mx/programas/ccpv/2020/>

- 
- <sup>17</sup> González Carmona, Emma, Torres Valladares, Cynthia Itzel, la sustentabilidad agrícola de las chinampas en el Valle de México: Caso Xochimilco. *Revista Mexicana de Agronegocios* [Internet]. 2014;34( ):699-706. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=14131514005>
- <sup>18</sup> Xochimilco [Internet]. Data México. [citado el 28 de marzo de 2023]. Disponible en: <https://datamexico.org/es/profile/geo/xochimilco>
- <sup>19</sup> Peña Barrera JA. Saneamiento ambiental y participación ciudadana. *Revista Científica* [Internet]. 2016 [citado 01 de abril 2023] ;1 (1): pp. 53-71. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/5636/563660226005/html/>
- <sup>20</sup> Programa de manejo del área de valor ambiental con categoría de bosque urbano el denominado “bosque de San Luis Tlaxialtemalco”. [Internet]. [ordenjuridico.gob.mx](http://ordenjuridico.gob.mx). 2014 [citado 01 Abril 2023]. Disponible en: <http://www.ordenjuridico.gob.mx/Documentos/Estatal/Distrito%20Federal/wo97580.pdf>
- <sup>21</sup> Orgaz González. JA. Diseño de un programa para el automanejo en diabetes de personas mayores independientes y su familia mediante intervención mapping, etapa 1 [Maestría]. Ciudad de México: Universidad Nacional Autónoma de México; 2022.
- <sup>22</sup> Xochimilco [Internet]. Data México. [citado el 08 de Abril de 2023]. Disponible en: <https://datamexico.org/es/profile/geo/xochimilco>
- <sup>23</sup> Orgaz González. JA. Diseño de un programa para el automanejo en diabetes de personas mayores independientes y su familia mediante intervención mapping, etapa 1 [Maestría]. Ciudad de México: Universidad Nacional Autónoma de México; 2022.
- <sup>24</sup> Reyes Ortiz AL. Género y herencia de la tierra en San Lis Tlaxialtemalco: un estudio acerca de las relaciones de parentesco y la sucesión de bienes familiares contemporáneas [Licenciatura]. Universidad Autónoma de la Ciudad de México; 2015.
- <sup>25</sup> Tradiciones [Internet]. [Gob.mx](http://www.xochimilco.cdmx.gob.mx/tradiciones/). [citado el 16 de abril de 2023]. Disponible en: <http://www.xochimilco.cdmx.gob.mx/tradiciones/>
- <sup>26</sup> Morales OB. Comité de ética en investigación [Internet]. Sitio Web del Comité de ética en investigación. [citado el 29 de abril de 2023]. Disponible en: <https://www.incmnsz.mx/opencms/contenido/investigacion/comiteEtica/medicinaTradicional.html>
- <sup>27</sup> Yañez Gonzalez IH. El uso de la medicina tradicional en los pueblos originarios de la Ciudad de México, el caso del pueblo de San Andrés Ahuayucan Xochimilco [Tesis de licenciatura]. Ciudad de México. Universidad Autónoma de la Ciudad de México; 2016. Disponible en: <https://www.repositorioinstitucionaluacm.mx/jspui/bitstream/123456789/711/3/Ileana%20H.%20Y%c3%a1%c3%b1ez-C.S.pdf>
- <sup>28</sup> Menéndez E, Le enfermedad y la curación. ¿Qué es medicina tradicional?. *Alteridades* [Internet]. 1994;4(7):71-83. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=74711357008>
- <sup>29</sup> Herrera-Peco I. Comunicación en salud y redes sociales: necesitamos más enfermeras. *Rev Cient Soc Esp Enferm Neurol* [Internet]. 2021 [citado el 17 de julio de 2023];53:1–4. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-cientifica-sociedad-espanola-enfermeria-319-pdf-S2013524621000076>
- <sup>30</sup> Norma oficial mexicana NOM-019-SSA3-2013 (en línea), para la práctica de enfermería en el sistema nacional de salud. *Diario oficial de la federación*. 02 sep 2013 [consulta 12 de mayo 2023]. Disponible en: [https://www.dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5312523&fecha=02/09/2013#gsc.tab=0](https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5312523&fecha=02/09/2013#gsc.tab=0)

- 
- <sup>31</sup> Soto, P., & Cazenave, A. (1991). La función administrativa de la enfermera. *Horizonte De Enfermería*, 2(1), 35–38. Recuperado 01 de mayo 2023. Disponible en: <https://ojs.uc.cl/index.php/RHE/article/view/14992>
- <sup>32</sup> Paulíb García C, Gallegos-Torres RM. El papel del personal de enfermería en la educación para la salud. *Horiz Enferm* [Internet]. 2019;30(3):271–85. Disponible en: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2021/05/1223572/271-285.pdf>
- <sup>33</sup> Castro M, Simian D. LA ENFERMERÍA Y LA INVESTIGACIÓN. *Rev médica Clín Las Condes* [Internet]. 2018 [citado el 2 de mayo de 2023];29(3):301–10. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-medica-clinica-las-condes-202-articulo-la-enfermeria-y-la-investigacion-S0716864018300531>
- <sup>28</sup> Munhoz OL, Morais BX, Santos WMD, Paula CC de, Magnago TSB de S. Efectividad de la auriculoterapia para la ansiedad, el estrés o el burnout en profesionales de la salud: metaanálisis en red. *Rev Lat Am Enfermagem* [Internet]. 2022;30:2-3. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/3P9DhfbGCNqTRLXZ7cyqZZJ/?format=pdf&lang=es>
- <sup>34</sup> Dandicourt Thomas C. El cuidado de enfermería con enfoque en la comunidad. *Rev Cubana Med Gen Integr* [Internet]. 2018 Mar [citado 25 de julio 2023] ; 34( 1 ): 55-62. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21252018000100007&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252018000100007&lng=es).
- <sup>35</sup> Marín Bustamante D, Sanhueza Alvarado O. APOYO SOCIAL: USO DEL CONCEPTO EN ENFERMERÍA. *Horiz Enferm* [Internet]. 2016;27(2):32–40. Disponible en: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2021/04/1179089/41-51.pdf>
- <sup>36</sup> Nava Galán MG, Valdez Lasbastida R, Zamora Ruíz PE. Modelo de consultoría en enfermería neurológica. *Rev Enf Neurol (Mex)* [Internet]. 2012; 11(1): 9-10. Disponible en : <https://www.medigraphic.com/pdfs/enfneu/ene-2012/ene121b.pdf>
- <sup>37</sup> Educación para la Salud [Internet]. Gob.mx. [citado el 20 de julio de 2023]. Disponible en: <https://www.inr.gob.mx/e75.html>
- <sup>38</sup> Secretaría de Salud. Promoción de la Salud [Internet]. gob.mx. [citado el 21 de julio de 2023]. Disponible en: <https://www.gob.mx/salud/articulos/promocion-de-la-salud-9799>
- <sup>39</sup> Vignolo J, Vacarezza M, Álvarez C, Sosa A. Niveles de atención, de prevención y atención primaria de la salud. *Arch. Med Int* [Internet]. 2011 Abr [citado 23 de julio ] ; 33( 1 ): 7-11. Disponible en: [http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1688-423X2011000100003&lng=es](http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-423X2011000100003&lng=es).
- <sup>40</sup> Ávila J. El estrés un problema de salud del mundo actual. *Rev.Cs.Farm. y Bioq* [Internet]. 2014 [citado 2023 Mayo 01] ; 2( 1 ): 117-125. Disponible en: [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2310-02652014000100013&lng=es](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2310-02652014000100013&lng=es).
- <sup>41</sup> Rosas Sosa MP, Auriculoterapia: una opción para sanar. *Revista digital universitaria* [Internet]. Septiembre 2015; 16(9): 2-7. Disponible en: <https://www.revista.unam.mx/vol.16/num9/art77/art77.pdf>