

## **INFORME ACTIVIDADES DEL CENDHIU**

**AGOSTO 2019 A FEBRERO 2020.**

### **Centros Centinela.**

A partir del 2010, el CEnDHIU adopta la herramienta desarrollada por la Organización Mundial de la Salud para la vigilancia epidemiológica de problemas de salud denominada "Centros Centinelas". En el período se cuenta con 10 centinelas en la región de Xalapa y se abrió uno en Córdoba con lo cual se cumplió con la meta de contar con estos centros en todas las regiones realizando reuniones periódicas entre los integrantes de todas ellas.

La propuesta básica consiste en desarrollar competencias sociales e individuales a través de promover acciones para mejorar la salud y estilos de vida y brindar servicios accesibles en materia de salud mental, salud sexual y reproductiva y nutrición. En el periodo, se elaboraron los protocolos de intervención que guían estos servicios y se acreditaron ante Cofepris.

En estos centros se obtiene periódicamente, mediante la aplicación de cuestionarios diseñados expresamente para este fin a una muestra representativa de estudiantes, información actualizada sobre factores de riesgo psicosociales para la construcción de indicadores y para monitorear las condiciones de salud de su red de cobertura a fin de organizar eficazmente los programas del CEnDHIU. Así, se obtiene información sobre factores de riesgo psicosocial tales como: estilo de vida, salud mental (específicamente depresión y ansiedad); consumo de drogas lícitas e ilícitas (e.g., tabaco, alcohol, marihuana, cocaína); salud sexual (e.g., inicio de vida sexual, uso de métodos anticonceptivos y condón). Con esta información, en el periodo se elaboraron 5 artículos para integrarse a una sección especial sobre Desarrollo humano Integral de los Unviersitarios en la Revista UV SERVA para el número de Octubre 2020.

### **Programas**

Autocuidado.

Considera capacidades y acciones para generar, mantener y potencializar el bienestar biopsicosocial; lo anterior, por medio de atención psicológica y atención en crisis. El servicio es gratuito y confidencial. Durante el periodo, se atendieron alrededor de 1000 usuarios de primer contacto y 3,000 subsecuentes, así como 145 en atención en crisis, logrando cubrir las seis Áreas Académicas que integran los programas educativos de la Universidad Veracruzana.

Los principales diagnósticos de acuerdo a la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE) 10 fueron: F32 Episodios depresivos, F41.1 Trastorno de ansiedad generalizada y F43.2 Trastorno de adaptación.

Construyendo autonomía.

Su objetivo es fortalecer la toma de decisiones informada y responsable en el ejercicio de la sexualidad de las y los jóvenes universitarios, favoreciendo positivamente las trayectorias

escolares exitosas. Se brindan servicios de asesoría y dotación de métodos anticonceptivos, pruebas rápidas de VIH y vinculación para atención oportuna a estudiantes reactivos. Durante el periodo se atendieron a más de 500 estudiantes mediante jornadas de aplicación de pruebas rápidas de VIH en las distintas facultades y mediante atención individual en los Centros Centinela, donde también se dotan de condones y métodos anticonceptivos a las y los estudiantes que lo solicitan.

Orientación psicopedagógica.

Durante el período se evaluó y se ofreció apoyo a 350 estudiantes con el propósito de mejorar sus posibilidades de elegir su vocación y de apoyar sus trayectorias escolares.

Así mismo, se rediseñó este programa a fin de articular las acciones que realiza el CENDHIU en apoyo a las trayectorias escolares con otras entidades de la Universidad, particularmente la Dirección de Desarrollo Institucional y el Instituto de Investigaciones en Psicología y Educación.

Educación para la salud integral.

En el periodo se brindaron 3 cursos AFEL por semestre para estudiantes y 3 cursos PROFA al semestre para docentes, así como 10 talleres al semestre para docentes y estudiantes en temáticas relativas a: autoestima, manejo adecuado del stress, comunicación asertiva, proyecto de vida, iniciación al desarrollo humano, tolerancia y no discriminación, aprendiendo con y en el conflicto, entre otros.

Orientación Nutricional.

Se rediseñó el programa de orientación nutricional y en el período se atendieron a 70 estudiantes brindándoles asesoría individual.

Programación y diseño institucional.

Se diseñaron nuevos materiales de difusión electrónicos, impresos y en redes sociales a fin de posicionar las actividades del CEnDHIU como un modelo de promoción de salud integral entre la comunidad universitaria. Se reformuló el programa de radio semanal en Radio UV titulado "Naturalmente universitario" a fin de incluir a estudiantes en sus emisiones así como diversificar las temáticas presentadas. Se continuó con la elaboración de materiales educativos en formato de cómic sobre temas de promoción de la lectura, bullying, VIH, inclusión, depresión y violencia en el noviazgo.

Universidad Inclusiva.

Se elaboró el libro "Universidad Inclusiva. Lineamientos para la inclusión de estudiantes con discapacidad en la UV", editado por la Editorial de la Universidad Veracruzana con apoyo del Programa de Fortalecimiento para la Inclusión.

Se diseñaron estrategias de atención para apoyar a las y los estudiantes con discapacidad en las distintas regiones universitarias con apoyo de estudiantes de servicio social que viven con discapacidad.

Se trabajó con la Dirección de Administración Escolar para apoyar a estudiantes con discapacidad auditiva con apoyo de intérpretes de lengua de señas mexicana para el

proceso del examen de ingreso a la UV y con el Comité del Examen de Salud Integral para la detección oportuna de estudiantes con discapacidad que requieran apoyos especiales.

Se diseñó un curso Profa sobre Educación Inclusiva diseñado para tutores que tienen a su cargo estudiantes con discapacidad.

#### Investigación

Se realizó una estancia académica de la Dra Maria José García Oramas como profesora invitada al Centro de Atención Psicológica y para la Discapacidad de la Universidad de Cádiz, España, para el intercambio sobre los modelos de atención que se brindan en nuestras respectivas Universidades. Así mismo, la Dra. Oramas realizó otra estancia académica como profesora invitada en el laboratorio EMA (école, mutations, apprentissages) de la Universidad de París Cergy Pontoise, Francia.

#### **MARZO – JUNIO 2020, CONTINGENCIA COVID 19.**

Para brindar atención oportuna a la comunidad estudiantil durante la epidemia de COVID 19 se adaptaron los servicios otorgados para ser ofrecidos en modalidad virtual y se reforzó el trabajo de Educación para la Salud mediante las redes sociales con la campaña #comienzo por mí y #cendhuteacompañá que logró un aumento significativo de seguidores durante el período.

#### Autocuidado

En cuanto a salud mental, fueron atendidos de manera virtual 43 usuarios de primer contacto y 258 subsecuentes logrando cubrir las seis Áreas Académicas que integran los programas educativos de la Universidad Veracruzana. Cabe destacar que aun cuando el número de usuarios fue sustancialmente menor, las y los estudiantes solicitaron los servicios de manera virtual en forma creciente y tomando en cuenta que para muchos no era posible hacerlo si no contaban con equipo y espacio adecuados.

En cuanto al servicio de atención en crisis se atendieron 24 Usuarios de los cuáles 19 se atendieron vía virtual y 5 de forma presencial. Las causas de atención de acuerdo al CIE fueron: F1x.2 Síndrome de dependencia (por consumo de alcohol), F22.0 Trastornos de ideas delirantes de tipo Celotípico, F32 Episodios depresivos, F40.1 Fobias sociales, F41.0 Trastornos de adaptación, F41.1 Trastorno de ansiedad generalizada, F43.0 Reacción de estrés agudo, F43.1 Trastorno de estrés post – traumático.

#### Orientación Nutricional

En cuanto a la salud nutricional, se brindaron 10 servicios a Usuarios de primera vez y 15 a estudiantes subsecuentes. Dicha población contó con una edad promedio de 22 años. Cabe destacar que dado que se requiere la presencia del usuario para tomar medidas de peso y talla, el número de atendidos durante la contingencia fue sido sustancialmente menor que el número de usuarios atendidos normalmente.

Así mismo, se compartieron a través de redes sociales, Nutri-tips y Post nutricionales, recomendaciones de actividad física, así como videos con rutinas para hacer ejercicio desde casa, algunos de ellos alcanzaron hasta 3,000 visitas.

### Construyendo Autonomía

Se aplicaron 7 pruebas rápidas de VIH a Usuarios con una edad promedio de 26 años. La mayoría fueron del Área Académica de Humanidades.

También se dotaron 49 condones masculinos, 3 parches hormonales y se brindaron servicios de asesoría presenciales en el tópico de métodos anticonceptivos a 3 Usuaris del Área Académica Ciencias de la Salud, las cuales contaron con una edad promedio de 23 años.

Al igual que en el caso de la orientación nutricional, la atención requiere la presencia del usuario para dotarle de métodos y por esta razón el número de atenciones fue sustancialmente menor al número de usuarios atendidos normalmente.

### Educación para la Salud Integral

.A partir de la contingencia los cursos AFEL se impartieron de manera virtual y se rediseñó el curso de la AFEL Hábitos de estudio para impartirse en línea en el período intersemestral de Agosto 2020.

Así mismo, se incluyeron cápsulas informativas en las redes sociales sobre Hábitos de Estudio durante la contingencia para apoyo de las y los estudiantes.

### Orientación Psicopedagógica

Se brindaron dos servicios a Usuaris correspondientes a las Áreas Académicas Técnica y Humanidades. Ambas se atendieron de manera virtual en cuestión de técnicas y hábitos estudio.

Además se coordinó una evaluación psicométrica colectiva (la cual será trabajada a través de la plataforma ZOOM) dirigida a 91 estudiantes de Interno a pregrado de la Facultad de Medicina, región Xalapa.

### Universidad Inclusiva

Se rediseñó el Curso PROFA Educación Inclusiva a fin de impartirse de manera virtual.

Se realizó un trabajo de vinculación con la Coordinación de Aprendizaje basado en problemas para compartir material audiovisual en redes sociales del CENDHIU.

Se continuó con el seguimiento a 20 estudiantes con discapacidad para conocer sus necesidades en este tiempo de crisis sanitaria.

### Investigación

Se autorizó el protocolo de investigación "Técnicas de manejo adecuado del stress" por el Comité de Ética de Investigación del Instituto de Salud Pública.

Se dictaminaron 5 proyectos de investigación de la Convocatoria de Fondos Estatales de CONACYT para proyectos sobre COVID-19.

Se publicaron 2 artículos en revistas indexadas sobre Representaciones Sociales del Uso del Condón en jóvenes veracruzanos.

## **Comunicación y Difusión**

Los programas de Imagen Institucional y Comunicación y Difusión trabajaron en coordinación incorporando la campaña "Comienzo por mí", brindando información permanente en redes sociales sobre tips, frases motivacionales, videos, entre otras, que puedan ayudar a los seguidores de CENDHIU a informarse y sobrellevar el confinamiento que se lleva a cabo mundialmente a causa del Covid19. Las redes sociales con las que cuenta CENDHIU son las siguientes: Facebook "Centro Centinela Cendhiu", Instagram "Cendhiu\_UV", Twitter "Cendhiu" y TikTok CENDHIU UV.

Durante cada jueves se compartieron podcast de programas repetidos los cuáles fueron transmitidos en "Naturalmente Universitario: Llégale, aquí estamos". Algunos de estos fueron: Actividad física y alimentación, Coronavirus: infórmate, Cigarrillo electrónico y sus riesgos para la salud y ¿Qué es el amor? Se publicaron videos con el objetivo de llegar a una población universitaria con información corta y concreta. A continuación se detallan algunos tópicos:

- Amor en tiempos de Covid19.
- Síntomas del Covid19. Fuente Gobierno Federal.
- Consejos sobre rumores de coronavirus. Fuente OMS.
- Información de Covid19. Fuente OPS.
- ¿Te estás lavando bien las manos? Fuente OMS.
- ¿Cómo ponerse, usar, quitar y desechar las mascarillas? Fuente OMS.
- Mitos y realidades acerca del coronavirus. Fuente Secretaría de Salud Federal.
- 10 formas de protegerse si tienes más de 60 años y/o enfermedades subyacentes en tiempos de coronavirus. Fuente Secretaría de Salud.
- 10 formas de ayudar a personas mayores de 60 años y/o enfermedades subyacentes en tiempos de coronavirus. Fuente Secretaría de Salud.
- Coronavirus en 3 pasos. Fuente Secretaría de Salud.
- Medidas de protección básica contra el coronavirus. Fuente OPS.
- Guía de atención a enfermedades respiratorias. Fuente Secretaría de Salud.
- Susana distancia. Fuente Secretaría de Salud.
- Cuidado de la salud mental ante el confinamiento en los hogares. Fuente Secretaría de Salud.
- Así como videos realizados por el personal del CENDHIU recomendando implementar medidas ante la pandemia mundial COVID-19.

Las Estadísticas de la página Facebook "Centro Centinela CENDHIU" acreditan que esta red social aumentó su cobertura en un 30% siendo muy visitada por la comunidad universitaria UV y alcanzando hasta 5,000 visitas en algunas de sus publicaciones, incrementándolas semana tras semana, siendo a la fecha las siguientes:

1. Interacciones con las publicaciones:	3,757
2. Personas alcanzadas:	9,978
3. Me gusta de la página:	78

Portal Institucional: [www.uv.mx/CENDHIU](http://www.uv.mx/CENDHIU)

En el portal, se realizan modificaciones aproximadamente dos a tres veces por semana en las cuales, se alimentan los avisos (banner de noticias), creación de entradas nuevas y se redireccionan ligas con información del momento para la contingencia o enviadas por personal CENDHIU.