



# UJED

Universidad Juárez  
del Estado de Durango

*Maribel*

Universidad Juárez del Estado de Durango

S/A     C/A     M/E

 22 MAR 2023 UJED

CONTRALORÍA GENERAL

HORA: 11:48 FIC: 003202



## Subsecretaría General Académica

OF. S.G.AC/60/180/2023

**LIC. OSCAR GERARDO MARTÍNEZ GUERRERO**  
**COORDINADOR DE TRANSPARENCIA Y**  
**PROTECCIÓN DE DATOS PERSONALES**  
**PRESNETE. -**

Por medio de la presente reciba un cordial y atento saludo a la vez que me permito dar respuesta al OF.CG./10.5.H/5600/2023, folio 100184700004823 que a la letra dice:

**Actividades/ estrategias/ iniciativas utilizadas para mejorar el estado emocional de los estudiantes de licenciatura producto de las posibles afectaciones provocadas por la Covid-19.**

Desde el programa de Universidad Saludable, coordinado por Extensión de los Servicios Universitarios se llevan a cabo las siguientes acciones:

**Aplicación de tamizaje.** El POSIT (Problem Oriented Screening Instrument for Teenagers) es un instrumento de evaluación diagnóstica que consta de 81 reactivos que integran 10 áreas de análisis: uso/abuso de sustancias, salud física, salud mental, relaciones familiares, relaciones con amigos, nivel educativo, interés vocacional, habilidades sociales, entretenimiento y recreación, conducta agresiva/delictiva.

Detecta uso/abuso de sustancias, salud física, salud mental, relaciones familiares, relaciones con amigos, nivel educativo, interés vocacional, habilidades sociales, entretenimiento y recreación, conducta agresiva/delictiva.

El inventario de depresión de Beck el cual valora los síntomas somáticos de ansiedad, tanto en desórdenes de ansiedad como en cuadros depresivos, es un cuestionario auto administrado que consta de 21 preguntas de respuesta múltiple. Es uno de los instrumentos más comúnmente utilizados para medir la severidad de una depresión. Se aplica a alumnos de nuevo ingreso con el objetivo de obtener información para intervenir con acciones relacionadas a dichos temas.

**El Taller de habilidades para la vida.** Persigue el objetivo de incidir y entrenar al joven en el desarrollo de hábitos saludables y en el enfrentamiento de las presiones asociadas al consumo de sustancias. Esta estrategia se lleva a cabo luego de haberse realizado el diagnóstico a través del tamizaje. El taller aborda los siguientes temas:

- Sensibilización del asistente ante la necesidad de auto cuidado y el fomento de estilos de vida saludable.
- Manejo saludable de las emociones.
- Asertividad.
- Afrontamiento de problemas.
- Toma de decisiones.

Pláticas periódicas con asociaciones como: AA y AL-ANON. Estrategia que consta de una plática por parte de la Central Mexicana de Servicios Generales de Alcohólicos Anónimos, A.C; impartido por la Unidad de Servicios de Recuperación AA. Dicha actividad implica una sensibilización para el alumno, así como estrategias de control emocional incluidas en la plática.

Al-Anon es un programa de ayuda mutua para personas cuya vida ha sido afectada por el Alcoholismo de otra persona.



# UJED

Universidad Juárez  
del Estado de Durango



## Subsecretaría General Académica

Por otro lado, se tiene en fase piloto. **Departamento de Acompañamiento Psicopedagógico y de Tutoría a Estudiantes, Docentes y Tutores (as) F.C.Q, Campus Durango.**

Se está llevando a cabo con alumnos de la Facultad de ciencias Químicas de la UJED, a través de la subsecretaría Académica en coordinación con el Instituto de Investigación Científica y a cargo de la responsable del C.A. 120 Salud y ciencias sociales Dra. Angélica M Lechuga Quiñones del IIC, de manera coordinada con la Facultad de Trabajo Social (Grupo Disciplinar: Familia, Educación y Derechos Humanos UJED-0040. FTS-UJED, Psicología y Terapia de la Comunicación Humana, el Instituto Superior de Estudios Psicoanalíticos y los Servicios de Salud de Durango (ISMED, CAPA- Sur), ofrecen acompañamiento psicológico y/o pedagógico a estudiantes, con el fin de que fortalezcan sus herramientas sociales, emocionales y/o académicas, contribuyendo a su crecimiento integral, atendiendo y previendo conductas de riesgo, así como fortaleciendo las protectoras. Para este fin se han diseñado una serie de instrumentos de evaluación que permiten identificar con oportunidad factores de riesgo y de esta manera otorgar atención inmediata, canalización oportuna y seguimiento.

**¿A partir de qué año se han implementado las actividades/ estrategias/ iniciativas para mejorar el estado emocional de los estudiantes de licenciatura producto de las posibles afectaciones provocadas por la Covid-19?**

Desde el Programa de Universidad Saludable se tiene una década en su aplicación

**¿Existe algún documento institucional de directrices o plan de actividades para mejorar el estado emocional de los estudiantes de licenciatura producto de las posibles afectaciones provocadas por la Covid-19?**

Sí

**Documento institucional de directrices o plan de actividades para mejorar el estado emocional de los estudiantes de licenciatura producto de las posibles afectaciones provocadas por la Covid-19.**

Se actualizó y se replanteo el programa de universidad saludable el cual tiene los siguientes ejes temáticos:

1. ACTIVIDAD FÍSICA
2. ADICCIONES (Drogas legales e ilegales, drogas sociales y/o psicológicas)
3. MEDIO AMBIENTE
4. NUTRICIÓN
5. SALUD MENTAL POSITIVA
6. SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA
7. SEGURIDAD



# UJED

Universidad Juárez  
del Estado de Durango



## Subsecretaría General Académica

UNIVERSIDAD JUÁREZ  
DEL ESTADO DE DURANGO

**PROGRAMA INSTITUCIONAL DE  
UNIVERSIDAD SALUDABLE**



Scanned with



UNIVERSIDAD  
SALUDABLE

MODELO DE UNIVERSIDAD  
SALUDABLE

EDICIÓN 2023



### Índice

PRESENTACIÓN.....	1
FUNDAMENTACIÓN.....	4
MODELO DE UNIVERSIDAD SALUDABLE.....	9
FACTORES DE RIESGO DE LAS ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES.....	9
TEMAS PRIORITARIOS.....	10
Actividad física.....	10
Adicciones (Drogas legales e ilegales; Drogas sociales y/o psicológicas).....	13
Medio Ambiente.....	19
Nutrición.....	20
Salud Mental Positiva.....	22
Salud Sexual y Reproductiva.....	25
Seguridad.....	29
JUSTIFICACIÓN.....	33
OBJETIVO GENERAL.....	33
Objetivos Específicos.....	33
MARCO NORMATIVO.....	34
Universidad Juárez del Estado de Durango.....	34
Misión.....	34
Visión.....	35
Extensión de los Servicios Universitarios.....	35
Misión.....	35
Visión.....	35
METAS INSTITUCIONALES.....	35
ANTECEDENTES.....	36
LÍNEAS DE ACCIÓN Y ESTRATEGIAS.....	39
MEJORA CONTINUA Y SEGUIMIENTO A LAS ACCIONES E INTERVENCIONES.....	42
ANEXOS.....	43
Glosario.....	44
Calendario de días internacionales y mundiales de la salud y el medio ambiente.....	47
Formatos.....	59

¿Existen estudios institucionales sobre la valoración del estado emocional de los estudiantes de licenciatura producto de las posibles afectaciones provocadas por la Covid-19?

Sí

**Documentos de estudios institucionales sobre la valoración del estado emocional de los estudiantes de licenciatura producto de las posibles afectaciones provocadas por la Covid-19**

A partir de este año 2023, se realizó un estudio sobre los resultados de tamizaje de los estudiantes de nuevo ingreso, cuyos resultados se quedan en reserva para las secretarías académicas de cada escuela o facultad y para las áreas de tutorías.



**SSGA**  
Subsecretaría  
General Académica



**SSD**  
SERVICIOS DE SALUD  
DEL ESTADO

UNIVERSIDAD JUAREZ DEL ESTADO DE DURANGO  
SUBSECRETARIA GENERAL ACADEMICA  
Dirección de Servicios Educativos

SERVICIOS DE SALUD DE DURANGO  
Consejo Estatal para la Prevención y Asistencia de las Adicciones en  
Durango  
Centro de Atención Primaria en Adicciones  
UNEME CAPA SUR

**INFORME**

*Del análisis de los resultados del instrumento de diagnóstico en salud mental y adicciones. Aplicación julio a diciembre de 2022, a la población estudiantil del primer semestre de 18 Unidades Académicas de la UJED.*

Análisis realizado en marzo de 2023.

Sin más por el momento me despido de Usted, no sin antes reiterarle las seguridades de mi consideración atenta y distinguida.

**ATENTAMENTE**

**"POR MI RAZA HABLARÁ EL ESPÍRITU"**

Victoria de Durango, Dgo. a 22 de marzo de 2023

**SUBSECRETARIO GENERAL ACADEMICO**

**M.C. JOSÉ OTHON HUERTA HERRERA**

SSGA/XCJ/vimv  
c.c.p. Archivo



OF.S.G.AC/50.G/185/2023

**LIC. OSCAR GERARDO MARTINEZ GUERRERO  
COORDINADOR DE TRANSPARENCIA Y PROTECCION DE DATOS PERSONALES  
P R E S E N T E .-**

**Asunto:** Respuesta a Of. CG/10.5.H/5600/2023

Por medio de la presente le envío un cordial saludo, y de la manera más atenta me permito dar respuesta complementaria al OF. CG/10.5.H/5600/2023, con las acciones y estrategias llevadas a cabo por las escuelas de Educación Media Superior de nuestra Universidad con el fin de mejorar el estado emocional de los estudiantes a consecuencia del COVID 19, las cuales son:

- Atención por parte de psicólogos a jóvenes que presentan diversas problemáticas.
- Talleres dirigidos a alumnos y maestros, como el de control de emociones, impartido por personal de la UNID
- Pláticas con la finalidad de prevenir el bullying y acoso, impartido por la Dirección de Salud Pública Municipal y el Departamento de Salud Mental municipal.
- Pláticas de Salud reproductiva, impartida por personal de medicina preventiva del IMSS.
- Taller dirigido a alumnos que presentan situaciones de riesgo llamado "Habilidades para la vida", impartido por CAPA norte.
- Publicidad de infografías referidas al covid-19
- Creación de grupos de WhatsApp con padre de familia.
- Conformación de Comité de Prevención y ayuda a víctimas de violencia en la preparatoria, se crea una "línea amiga".
- Capacitaciones a personal para una mejor intervención con los alumnos.
- Orientación por parte de la trabajadora social para canalizar a los alumnos a instituciones de salud mental.
- investigación-sondeo para el regreso a clases

Estas estrategias se iniciaron a partir del semestre B-2020, en donde estuvo trabajando de manera virtual con los alumnos, y se reforzaron con la reintegración de los alumnos a clases presenciales. Las cuales se dieron de manera escalonada y mixta.



# UJED

Universidad Juárez  
del Estado de Durango

Se anexan algunas evidencias



## Subsecretaría General Académica

ESCUELA PREPARATORIA DIURNA  
DEPARTAMENTO DE TRABAJO SOCIAL

¿Qué hacer frente a la ansiedad adolescente  
ante el COVID-19?

Te brindo 7 consejos  
para afrontarla



- 1.- IDENTIFICA TUS EMOCIONES:**  
Ponle nombre a tus emociones y aceptalas sin temor, date el permiso de sentirlas y compártelas a quien más confianza le tengas.
- 2.- DISTRAERTE ES UN PUNTO CLAVE:**  
Busca dejar de pensar en lo mismo. Aplicate en las tareas del hogar, clases a distancia, leer un libro, mirar una película, etc.
- 3.- ENFÓCATE EN TI:**  
Dedicale a algo que hayas tenido ganas de hacer y te faltaba tiempo: tocar algún instrumento, cocinar, realizar un proyecto, etc.
- 4.- PROPONTE LÍMITES PROPIOS:**  
Procura no ablaste en tu cuarto, establece límites a la hora de irte a dormir, los horarios de las comidas y hábitos de higiene, etc.
- 5.- AMIGOS A DISTANCIA:**  
Mantén la comunicación con tus amistades, pero limita el tiempo que les dedicas, ya que pasar mucho tiempo frente a una pantalla te hará caer de nuevo en ansiedad.
- 6.- PRACTICA LA AMABILIDAD:**  
Cuídate más que nunca: hiriéndonos de otros sentimientos de otras personas en las redes. Si alguien tiene miedo, ayúdalo, si te toca estar en un conflicto se un mediador.
- 7.- NO BAJES LA GUARDIA:**  
Algunas actividades económicas ya se incorporaron paulatinamente, sin embargo, el riesgo de contagio sigue. Continúa con todo lo anterior.

Elaborado por: Lic. En Trabajo Social y Mtra. en Psicología Educativa y Orientación Escolar Laura Yesenia Aguirre Nájera. Correo electrónico: lauraaanajje17@gmail.com. No estas sola! Estoy a tus órdenes



EL DEPARTAMENTO DE  
ORIENTACIÓN EDUCATIVA  
OFRECE TALLERES, PLÁTICA Y  
RESOLUCIÓN DE DUDAS SOBRE LOS  
TEMAS

- MANEJO DE ANSIEDAD
- AUTOCONCEPTO E IDENTIDAD
- TANATOLOGÍA:  
ACOMPANIAMIENTO Y  
ABORDAJE DEL DUELO

¡CONTACTANOS!  
LLAMANOS O MANDANOS  
MENSAJE POR WHATS APP  
618 366 2622





# UJED

Universidad Juárez  
del Estado de Durango



## Subsecretaría General Académica

Acciones realizadas a cabo por personal parte del comité de Higiene

Universidad Juárez del Estado de Durango  
Escuela Preparatoria Diurna  
Comité de Sanidad e Higiene de la Escuela Preparatoria Diurna

**PROTOCOLO A SEGUIR EN PADRES DE FAMILIA**

- ✓ Asegurarse que su hijo(a) use un cubre bocas que cubra boca y nariz, de preferencia que en su mochila lleve uno extra.
- ✓ De preferencia enviar a su hijo con alimentos para la hora del receso, esto con el fin de evitar aglomeraciones en la cafetería y salidas de la preparatoria.
- ✓ NO enviar a sus hijos a la preparatoria si presentan algunos de estos síntomas: tos, dolor de garganta, fiebre (38°C o más), escurrimiento nasal o diarrea.
- ✓ En dado caso que su hijo presente los síntomas lo deberá de llevar con su médico familiar o a su unidad de medicina familiar del IMSS más cercana, ya que el alumno cuenta con seguro facultativo.
- ✓ Si su hijo se encuentra con los síntomas antes descritos o en espera de resultados de prueba COVID se deberá de notificar al departamento de Trabajo Social de la Escuela Preparatoria Diurna al número 6185938961
- ✓ Al regresar a casa y en todo momento es recomendable que el alumno lave sus manos.

Atentamente

Comité de Sanidad e Higiene de la Escuela Preparatoria Diurna

Sin más por el momento me despido de Usted, no sin antes reiterarle mis más distinguidas consideraciones.

**ATENTAMENTE**  
**"POR MI RAZA HABLARÁ EL ESPIRITU"**  
Victoria de Durango, Dgo., a 24 de marzo de 2023  
**SUBSECRETARIO GENERAL ACADÉMICO**

**M.C. JOSÉ OTHON HUERTA HERRERA**

c.c.p.- Archivo  
SSGA/JOHH/ESG/kgz