



## 7

Presentación de buenas prácticas en materia de vida saludable.



# RMUPS

Red Mexicana de Universidades  
Promotoras de la Salud A.C.

# Actividad física y movimiento

Comisión de vinculación



La Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior a través de la Comisión de Deporte y la Comisión de Salud, en conjunto con la Red Mexicana de Universidades Promotoras de la Salud y la Red de Actividad Física de las Américas

**INVITAN**  
a todas las Instituciones de Educación Superior a participar activamente en la celebración del

**6 de Abril**  
**Día Mundial de la ACTIVIDAD FÍSICA**

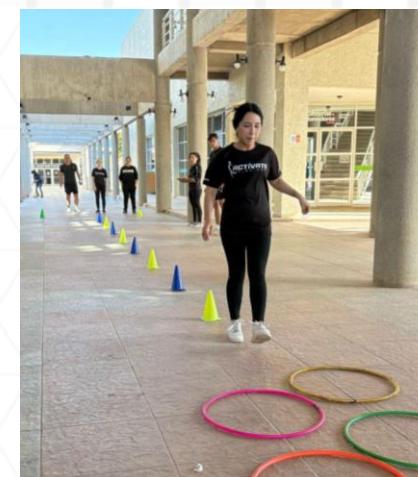
Este evento busca promover la participación masiva, inclusiva y representativa de toda la comunidad universitaria en actividades que fomenten estilos de vida activos y saludables.

Confirma tu participación antes del 22 de marzo a través del QR anexo



Información: [vinculacion@rm/ps.org](mailto:vinculacion@rm/ps.org)

¡Esperamos contar con su valiosa participación!





**PAUSA ACTIVA JUCHIMAN**

Únete a renovar tu energía

**YO TE CUIDO, TU ME CUIDAS.**

📍 Explanada de rectoría  
📅 Vie 04 de Abril  
🕒 09:00am

Únete a nuestros canales de difusión





# Proyectos interinstitucionales



## Secretaría de Salud – Dirección General de Promoción de la Salud.

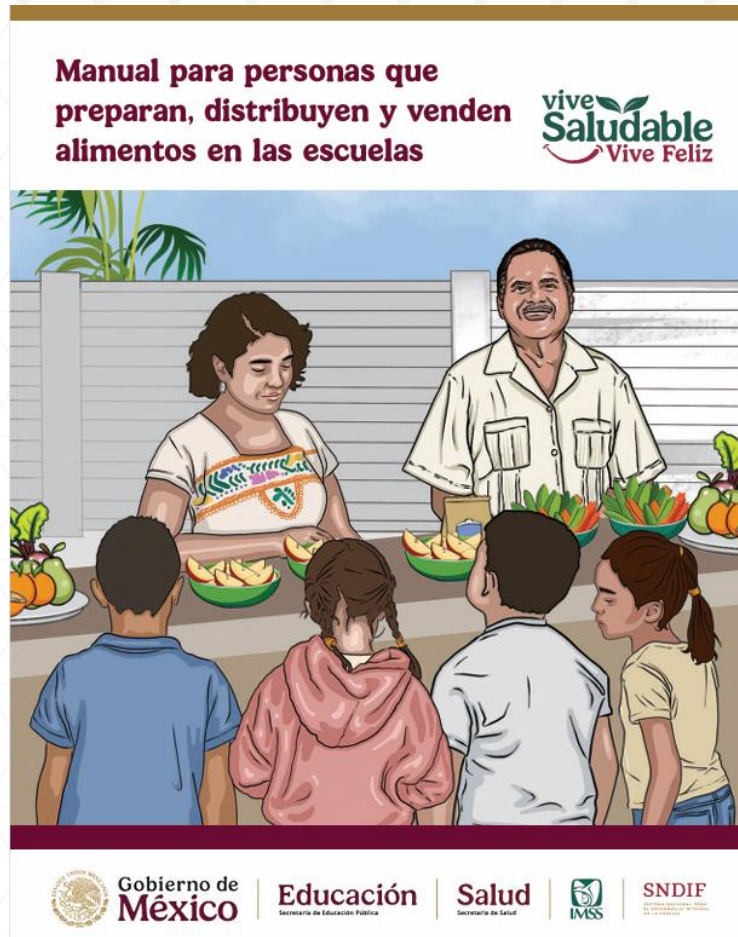
### Subdirección de Políticas Intersectoriales en Salud

- Lineamientos para la preparación, distribución y venta de alimentos en instituciones educativas.
  - I. Normativa en revisión entre SEP-SSA-COFEPRIS.
  - II. Se redactan los manuales y disposiciones para una aplicación gradual.
  - III. Se realizarán visitas de inspección para validación y posteriores recomendaciones.
  - IV. Se realizarán sugerencias para un avance de aplicación paulatina.
  - V. Se coordinarán acciones para la capacitación y sensibilización.
  - VI. La normativa no será punitiva; sino en el marco de una alfabetización en salud.
  - VII. Su aplicabilidad será a corto, mediano y largo plazo.
  - VIII. En ningún momento busca el retiro de RVOE o aplicación de multas.

# Proyectos interinstitucionales



**Secretaría de Salud – Dirección General de Promoción de la Salud.**  
Subdirección de Políticas Intersectoriales en Salud



**Salud**  
Secretaría de Salud



**COFEPRIS**  
COMISIÓN FEDERAL PARA LA PROTECCIÓN  
CONTRA RIESGOS SANITARIOS

## GUÍA | AUTOVERIFICACIÓN

Apoyo en el cumplimiento de la  
regulación sanitaria en materia de  
buenas prácticas de higiene para  
establecimientos de servicio de  
alimentos o bebidas



COMISIÓN FEDERAL PARA LA PROTECCIÓN CONTRA RIESGOS SANITARIOS



### ■ Publicaciones

*Versión descargable*

# Manual práctico para la vida universitaria

## Nutrición y hábitos saludables



# Diagnóstico salutogénico

## Objetivo general:

Integrar un diagnóstico desde una perspectiva salutogénica que dé cuenta de la situación actual en la que se encuentra la población universitaria y en con ello generar las acciones de promoción de la salud para favorecer los estilos de vida y con ello repercutir en la salud y bienestar de quienes integran la comunidad universitaria.



## Perfil Salutogénico

### Aspectos sociodemográficos

El siguiente cuestionario contiene preguntas con respecto a la perspectiva personal sobre tu estado de salud. Entendida desde una perspectiva integral y no limitativa a la ausencia de enfermedad. Es complementaria al diagnóstico salutogénico que respondiste en intranet. Es importante tu participación de manera honesta a cada pregunta, lo que nos permitirá establecer un diagnóstico certero y proveer la atención más adecuada en caso de ser necesario. Los datos serán utilizados para generar información en cuanto al perfil salutogénico de la comunidad XXXXXXX, y no existe ninguna manera de identificar tu respuesta de manera individual. Los datos poblacionales se usarán para mejorar tu campus y realizar actividades de promoción de estilos de vida saludable y bienestar.

Instrumento en proceso de validación en población mexicana, ya fue aplicado en UANL, CUT, UNIPAC, LA SALLE NOROESTE.

# Diagnóstico salutogénico

1. Aspectos Sociodemográficos.
2. Datos Socioeconómicos.
3. Antecedentes patológicos personales y familiares.
4. Salud preventiva / hábitos de higiene personal.
5. Actividad física, deporte y recreación.
6. Alimentación.
7. Consumo de sustancias adictivas o nocivas para la salud y prácticas de riesgo.
8. Prácticas sexuales.
9. Antecedentes gineco-obstétricos.
10. Antecedentes urológicos.
11. Exploración física.
12. Alfabetización en salud.
13. Bienestar psicológico y salud mental.
14. Bienestar físico.

Reporte técnico sobre instrumentos para diagnósticos relacionados con los estilos de vida saludable, bienestar y salud..



## Distintivo Universidad Promotora de Salud

- Firma de convenio abril 2023.
- Criterios para distintivo.
- 5 universidades con distintivo (UDEM, UABCS, UABC, UNIPAC, UANL)



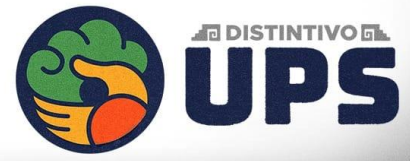


La Secretaría de Salud a través de la Dirección General de Promoción de la Salud en coordinación con la Red Mexicana de Universidades Promotoras de Salud.



**Convocan a las instituciones de educación superior a la obtención del**

**DISTINTIVO UNIVERSIDAD PROMOTORA DE SALUD**



**DISTINTIVO**  
**UPS**

Primera convocatoria abierta del 19 de junio al 19 de julio de 2023.

**Entrega de distintivos octubre 2023**



Para más información consulta [www.rmups.org/distintivo-ups/](http://www.rmups.org/distintivo-ups/)  
Email: [distintivo@rmups.org](mailto:distintivo@rmups.org) Whatsapp: 557-884-0334

<https://rmups.org/distintivo-ups/>



La Red Mexicana de Universidades Promotoras de la Salud invita al Diplomado:

PROMOCIÓN DE LA  
**SALUD**

*compromiso de todos*



Generar un espacio de diálogo para movilizar las experiencias e iniciativas de los actores en promoción de la salud de tal manera que se constituya en una fuerza de trabajo en la promoción de salud, a través del intercambio de aprendizajes y trabajo en red.



Avalado por RMUPS y:



**Seminario de FORMACIÓN**

y actualización para universidades promotoras de la salud

Imparte:  
**Dra. Carmen Gallardo Pino**  
Universidad Rey Juan Carlos

**30 DE ENERO • 09 HORAS CDMX**

Promoción de la salud y  
prevención de enfermedades:

**UN ANÁLISIS URGENTE**



Se otorga constancia  
de participación.



Modalidad  
sincrónica Zoom

Para mayor información: [desarrolloprofesionalrmups@gmail.com](mailto:desarrolloprofesionalrmups@gmail.com)

Inscríbete en la liga anexa a la publicación.

## Educación continua

Comisión de desarrollo profesional



La Red Mexicana de Universidades Promotoras de la Salud, invita al

**DIPLOMADO INTERNACIONAL**

**2DA. GENERACIÓN**

**"Promoción de estilos de  
Vida Saludable y Bienestar,  
un Compromiso de Comunidad"**

CON EL AVAL ACADÉMICO DE:



Para mayor información: [desarrollo.profesional@rmups.org](mailto:desarrollo.profesional@rmups.org)

## Desarrollar programas de formación propios o en conjunto con las instituciones que conforman la Red.

- *Diplomado Internacional de Promoción de la Salud, Compromiso de Todos.*
- *Webinar o seminarios por mes sobre fortalecimiento de competencias institucionales en materia de promoción de la salud, inician en enero de 2023.*







## Seminario de FORMACIÓN

y actualización para universidades promotoras de la salud

| FECHA   | TEMA                                                                                      | OBJETIVO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Enero   | <b>Promoción de la salud y prevención de enfermedades: un análisis urgente.</b>           | Establecer un marco teórico de referencia entre la promoción y prevención, que permitan acciones eficientes al interior de los programas de universidades promotoras de salud.                                                                                                                                                                        |
| Febrero | <b>Diagnóstico de salud escolar.</b>                                                      | Identificar los indicadores pertinentes al integrar un diagnóstico salutogénico de estudiantes universitarios para la promoción de la salud y el bienestar en las áreas que se requiera mayor atención.                                                                                                                                               |
| Marzo   | <b>Oferta de alimentos.</b>                                                               | Analizar los elementos necesarios para desarrollar una oferta de alimentos nutritivos, inocuos y accesibles para promover la salud de la comunidad universitaria.                                                                                                                                                                                     |
| Abril   | <b>Entornos favorables a la salud, protocolos, infraestructura y normativa.</b>           | Conocer el conjunto de factores que permiten el desarrollo de entornos favorables, para el desarrollo de protocolos, infraestructura y normativa que permitan la promoción de la salud.                                                                                                                                                               |
| Mayo    | <b>Currículum universitario y el desarrollo de estilos de vida saludable y bienestar.</b> | Desarrollar propuestas para incluir en el currículum universitario formal u oculto la transversalidad para la promoción de estilos de vida saludable y bienestar que inciden en la formación integral de la comunidad estudiantil.                                                                                                                    |
| Junio   | <b>Programas, estrategias y acciones promotoras de salud.</b>                             | Implementar programas, estrategias y acciones exitosas acorde a los contextos universitarios y fundamentados en las necesidades propias de las poblaciones meta y los recursos institucionales.                                                                                                                                                       |
| Julio   | <b>Gestión y abogacía institucional.</b>                                                  | Establecer el perfil, las funciones así como los roles en los procesos de gestión y abogacía para una eficiente ejecución de programas promotores de salud a nivel institucional, interinstitucional y multisectorial. Valorar la importancia de establecer un plan de trabajo intersectorial desde las perspectiva exitosa de redes internacionales. |
| Agosto  | <b>Comunicación y difusión.</b>                                                           | Valorar los elementos básicos para el desarrollo de contenido y con ello lograr una proyección e interacción con los públicos meta de manera eficiente.                                                                                                                                                                                               |
| Sep.    | <b>Cédula de certificación de universidad Promotora de salud.</b>                         | Comprender cada uno de los indicadores que forman parte de la cédula de verificación para el autodiagnóstico de la universidad y con ello favorecer la certificación de universidad promotora de la salud.                                                                                                                                            |

### NOTA:

Se otorga constancia de participación por webinar y quien acredite los nueve se le otorga constancia por seminario con valor de 50 horas.



- 1.- <https://www.youtube.com/watch?v=fZdzWGUay9k>
- 2.- <https://www.youtube.com/watch?v=1uox4gUm-nl>
- 3.- <https://www.youtube.com/watch?v=FKRU3C5XRuw>
- 4.- <https://www.youtube.com/watch?v=jvbq3v73vRU>
- 5.- <https://www.youtube.com/watch?v=CMWig-rM3gk>
- 6.- <https://www.youtube.com/watch?v=fol91NFTLhM>
- 7.- <https://www.youtube.com/watch?v=J1fB3GmMaVY>
- 8.- <https://www.youtube.com/watch?v=RitOBS595H4>



## Educación continua

Comisión de desarrollo profesional

### Programas de formación para equipos universitarios en salud, bienestar y promoción de la salud



**PROGRAMA DE FORMACIÓN INTEGRAL PARA EQUIPOS DE TRABAJO UPS.**

Objetivo: Generar un espacio para la reflexión y formación de equipos de trabajo que colaboran en programas de Universidades Promotoras de la Salud.

**Primera sesión: Y LA INCLUSIÓN ¿PARA QUÉ?**

COMISIÓN DE DESARROLLO PROFESIONAL

**26 NOV.**  
10:00 - 13:00 hrs. CDMX

Reflexionar sobre las distintas visiones que tiene la inclusión en los equipos de trabajo y estudiantes.

Imparte: **Mtro. Antonio Jiménez Luna**  
Se otorga constancia de participación.

Agradecemos a **UNIPAC**  
CENTRO UNIVERSITARIO DEL PAÍS

**PROGRAMA DE FORMACIÓN INTEGRAL PARA EQUIPOS DE TRABAJO UPS.**

Objetivo: Generar un espacio para la reflexión y formación de equipos de trabajo que colaboran en programas de Universidades Promotoras de la Salud.

**Segunda sesión: Comunicación efectiva para equipos de alto rendimiento**

COMISIÓN DE DESARROLLO PROFESIONAL

**28 ENE.**  
09:00 horas CDMX

Identificar las estrategias más adecuadas para el desarrollo de una comunicación efectiva en los equipos de trabajo.

Imparte: **Mtra. Isabel Fuente Navarro**  
Se otorga constancia de participación.

Agradecemos a **Universidad La Salle**  
Nordeste

**PROGRAMA DE FORMACIÓN INTEGRAL PARA EQUIPOS DE TRABAJO UPS.**

Objetivo: Generar un espacio para la reflexión y formación de equipos de trabajo que colaboran en programas de Universidades Promotoras de la Salud.

**Tercera sesión: Reuniones de trabajo, ejecutivas y efectivas**

COMISIÓN DE DESARROLLO PROFESIONAL

**27 MAYO**  
10:00 - 13:00 hrs. CDMX

Identificar las variables eficientes y productivas en reuniones de trabajo, con el fin de implementar y gestionar las herramientas estratégicas óptimas.

Imparte: **Dr. Abraham Vázquez Ruiz**  
Se otorga constancia de participación.

Agradecemos a

## Universidad anfitriona

- Inicio el junio del 2021.
- Cada mes se aborda un tema con entrevista y materiales para difusión.



### Hablemos de DEPRESIÓN

Imparte  
**Mtro. Francisco Antonio Maldonado Torres**



**Miércoles 05 de febrero**

Agradecemos a  
**CETYS UNIVERSIDAD**

Transmisión en **LIVE** 10:00 horas TIJUANA  
12:00 horas CDMX




### MICROBIOTA ESTÓMAGO y CEREBRO

Agradecemos a:  


Imparte: Mtro. Gabriel Enrique Gamboa Martínez

**OCTUBRE 30**

Transmisión en línea  
13:00 p.m. CDMX  
12:00 p.m. TIJUANA

**LIVE**




### Entrevista Estilos de vida saludable en el adulto mayor

Agradecemos a:  


Dr. Manuel Lomas López

**Martes 20 de agosto**

10:00 PACÍFICO  
11:00 CDMX

**LIVE**

## Alfabetización en Salud y profesionalización

### Comisión de difusión



### Dra. Atenea Sisí Domínguez López

Se Licenciada en Medicina General por la Universidad Autónoma de Querétaro, cuenta con Especialidad en Radiología en el Centro Médico Hospital del Estado, Unidad Médica de Alta Especialidad "Ignacio García Téllez" IMSS, México, Toluca.

Dentro de su experiencia, ha liderado responsable del servicio de salud y de calidad del equipo de radiología del Hospital del Estado de Querétaro, actualmente imparte cátedra en la Universidad Miguel Alemán, campus Villahermosa Tabasco.

Ha impartido talleres, cursos, talleres y conferencias en temas relacionados a la radiología, las ciencias básicas y a la prevención, diagnóstico y al tratamiento del cáncer de mama.

#### "Prevención y sensibilización contra el cáncer de mama"

Transmisión en **redes oficiales:**

   **LIVE**



### Dr. Luis Miguel Sánchez Loyo

- Acercamiento de Salud A.C. ayúdalo para la vida.
- Profesor Investigador del Departamento de Neurociencias en la Universidad de Acapulco.
- Profesor en Ciencias del Comportamiento (Universidad de Acapulco).
- Investigador del Instituto Nacional de Investigaciones del CONACYT (INACI).
- Maestro en Lingüística aplicada, U. de S. L. de Puebla, U. de S. L.
- Asesorado en 20 años de experiencia en investigación en salud.
- Miembro de la International Association for Suicide Prevention.
- Miembro de la Asociación de Sociología de Latinoamérica y el Caribe.

#### Tema: Estrategias para la prevención del suicidio.

Transmisión en **redes oficiales:**

   **LIVE**



### Lic. Roberta Graham de Escobedo

(Como Tota Internacional, certificada en Lactancia Materna IMSS).

La Licenciada Roberta Graham de Escobedo, egresada de la Universidad Estatal de México, certificada como IMSS diplomada internacional Certificada de Lactancia Materna desde 1995 y miembro activo de la Asociación Internacional de Consultores de Lactancia (ILCA).

Es Co-fundadora de la Asociación de Consultores del Comportamiento en Lactancia Materna de México, A.C. (ACOLAM) y desde su fundación en 2015 al 2020. Ofrece clases para madres del lactante en el Centro de Neonatología y en su clínica privada primer apoyo del medio de lactancia ciudadana, actualmente promueve programas de lactancia en empresas e instituciones para madres trabajadoras, para no perder la continuidad del amamentamiento.

#### Mitos y beneficios de la lactancia materna.

¿Eres mamífero?: Leche humana para humanos.

Transmisión en **redes oficiales:**

   **LIVE**



### Dra. Azucena Casanova Lara

Egresada de UNAM, especialista en Gastroenterología en Hospital General de México, con alta especialidad en Endoscopia Digestiva de CMH siglo XXI y alta especialidad en Enfermedades Infecciosas intestinal del Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán.

Parte del Consejo Mexicano de Gastroenterología y de endoscopia.

Parte de ASGE, PANCCO y GACUM.

#### La hepatitis en México, el virus olvidado: estrategias para prevenirlo.

Transmisión en **redes oficiales:**

   **LIVE**



### Empresa anfitriona - Universidad anfitriona

- Inicio *el junio del 2021.*
- Cada mes se aborda un tema con webinar



**Icono de personas** Estrategias para planes de gestión del tiempo: **trabajo, familia y recreación.**

**Webinar ENE. 31**  
**zoom**

**Imparte:** MTRA. LILIANA ORDAZ MORENO  
**17:00 CDMX**  
**15:00 TIJUANA**

Red Mexicana de Universidades Promotoras de la Salud A.C. Cortesía socios **ARHITAC**

coordinador@arhitac.org Tel. (664) 682 3538 Agradecemos a **UNIPAC**

**Icono de personas** **Masculinidades y bienestar,** ser hombre en el siglo XXI

**Webinar NOV. 22**  
**zoom**

**Imparte:** MTRO. CARLOS ARTURO OLARTE RAMOS  
**17:00 CDMX**  
**15:00 TIJUANA**

Red Mexicana de Universidades Promotoras de la Salud A.C. Cortesía socios **ARHITAC**

coordinador@arhitac.org Tel. (664) 682 3538 Agradecemos a **UJAT**

**Icono de personas** **GESTIÓN EMOCIONAL:** Lo personal vs lo profesional

**Webinar FEB. 28**  
**zoom**

**Imparte:** MTRO. OSCAR LUIS MORALES MAIMÓ  
**17:00 CDMX**  
**15:00 TIJUANA**

Red Mexicana de Universidades Promotoras de la Salud A.C. Cortesía socios **ARHITAC**

coordinador@arhitac.org Tel. (664) 682 3538 Agradecemos a **UDCI**

**Icono de personas** **Salud preventiva, autocuidado y** promoción de entornos seguros y saludables.

**Webinar SEPT. 30**  
**zoom**

**Imparte:** MTRO. ANTONIO JIMÉNEZ LUNA  
**16:00 CDMX**  
**15:00 TIJUANA**

Red Mexicana de Universidades Promotoras de la Salud A.C. Cortesía socios **ARHITAC**

coordinador@arhitac.org Tel. (664) 682 3538 Agradecemos a **RMUPS**



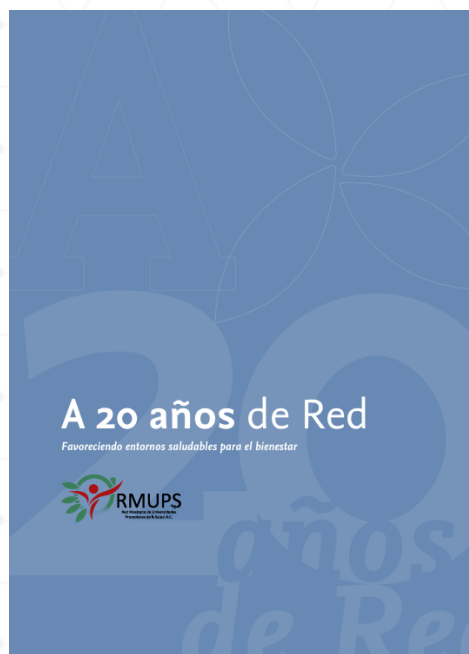
## Formación continua e investigación

- Aprovechar los vínculos y el personal especializado de las IES.
- Contar con el respaldo para la validez académica de ciertos programas, bajo esquemas de colaboración sencillos.
- Disposición institucional de los recursos técnicos y humanos.
- Organización de un congreso bianual.
- Desarrollar coloquios para difundir programas, estrategias o acciones de éxito al interior de las IES.
- Publicaciones de prácticas exitosas.



## Formación continua e investigación

### ■ Publicaciones







## Formación continua e investigación

- Organización de un congreso bianual.
- Reuniones nacionales



**10 MO. CONGRESO NACIONAL DE  
UNIVERSIDADES  
PROMOTORAS DE LA SALUD**



10 CONGRESO NACIONAL DE  
UNIVERSIDADES  
MO. PROMOTORAS DE LA SALUD

# Transversalidad

responsabilidad social  
e innovación



24 al 28 de Septiembre 2025  
Centro Cultural Tijuana CECUT

Conferencias. Mesas de diálogo. Talleres.  
Actividades recreativas. Presentaciones orales  
audiovisuales y de carteles.

Más información:  
vicepresidencia@rmups.org



<http://congreso.rmups.org/>







## Redes estatales en colaboración con la RMUPS

### **REDES ACTIVAS**

- Red Neolonesa de Universidades Promotoras de la Salud
- Red Metropolitana de Universidades Promotoras de la Salud

### **REDES EN CONSOLIDACIÓN**

- Red de Instituciones de Educación Superior Promotoras de la Salud y Bienestar de Baja California (febrero – septiembre 2025)

### **REDES CON POSIBILIDAD DE CONSTITUIRSE**

- Red Sonorense de Universidades Promotoras de la Salud
- Red de Universidades Promotoras de la Salud del Estado de Nayarit.
- Red de Universidades Promotoras de la Salud del Estado de Chiapas



# RMUPS

Red Mexicana de Universidades  
Promotoras de la Salud A.C.



**Web:**

[www.rmups.org](http://www.rmups.org)

**Redes sociales:**

@RMxUPS

**Canal de Youtube**

@rmups2323

