

CENTRO DE CAPACITACION MAGISTERIAL

LIC. JUAN JOSE GARZA MATA

AREA DE ACONDICIONAMIENTO FISICO

El Centro de Acondicionamiento Físico de la Universidad Autónoma de Nuevo León desarrolló en el periodo que se informa una serie de actividades tendientes a mejorar el acondicionamiento físico y el estado de salud de los trabajadores de nuestra institución. Dichas actividades se detallan a continuación, agrupándolas por área de servicio.

Area de servicios al público

Control (recepción).- Su responsabilidad es registrar horarios de entrada y salida de usuarios, verificar las áreas de visita, así como llevar un control y programación de citas a los consultorios y laboratorios. El reporte de esta sección es el siguiente:

*Distribución de Asistencia por tipo de Usuario
junio 1994 - julio 1995*

Concepto	Cantidad
Visitas y socios	3749
Invitados y promoción	1274
Docentes	46927
Total	51950

Fuente: Depto. de Cómputo

Snack.- Se lleva un control sobre los precios y la calidad de los productos y alimentos que el usuario consume como complemento a su programa de acondicionamiento físico, tales como bebidas a base de frutas, licuados, granola y yogurth.

Publicidad y dibujo.

Dentro de las actividades realizadas en este rubro cabe mencionar lo siguiente:

- Diseño y elaboración de letras
- Apoyo en el diseño de formatos para laboratorios y consultorios.
- Apoyo en la elaboración de periódicos murales.
- Diseño y elaboración de logotipos.
- Apoyo en el diseño de la revista conmemorativa del 40. aniversario.
- Elaboración de mantas alusivas a los eventos.
- Diseño y elaboración de posters para propaganda.

AREA BIO-MEDICA

El personal participó en la celebración del XX Aniversario de la Facultad de Salud Pública, en un programa de salud realizado en la Preparatoria # 16 de la U.A.N.L. Este programa consistió en exámenes sanguíneos y fue dirigido al personal docente y alumnos de esa Dependencia. En dicho programa se realizaron 374 exámenes a un total de 104 personas los días 12, 13 y 14 de octubre de 1994.

Con motivo de la Semana Nacional de la Salud, se realizó un programa de "Hipertensión y obesidad" dirigido a docentes y usuarios del Centro de Acondicionamiento Físico, en el cual se atendieron 49 personas.

Otro evento importante realizado en este período fue la conmemoración del IV Aniversario de este Centro. Por tal motivo, se llevaron a cabo las siguientes actividades:

- a) Revista informativa.
- b) Exposición en mamparas sobre "Salud y deporte".
- c) Conferencias de salud y deporte, con la participación de 50 personas.

Asimismo, el personal del Centro asistió a los siguientes cursos impartidos en la Facultad de Salud Pública de la U.A.N.L.

- Primer seminario internacional de nutrición: 12 al 14 de octubre de 1994
- Curso de nutrición y deporte: 22 al 24 de marzo de 1995
- Tendencias actuales en el tratamiento de la obesidad: Junio de 1995

Por último, se llevó a cabo un programa de "Detección y tratamiento nutricional para hipercolesterolemia", dirigido a trabajadores de Rectoría de la U.A.N.L.. En dicho programa se realizaron 252 exámenes a un total de 178 personas, del 3 al 11 de julio de 1995.

Servicio médico.- Consultorio médico y primeros auxilios. Las actividades realizadas en esta área son:

Tipo de consulta requerida	Pacientes	Porcentaje
Exámenes médicos	82	9.5
Consulta médica	56	6.5
Examen de laboratorio	180	21.0
Consulta de orientación	186	21.7
Interpretación de resultados	180	21.0
Toma de signos vitales	82	9.5
Toma de presión arterial	45	5.2
Primeros auxilios	8	0.9
Aplicación de medicamentos	13	1.5
Apoyo a terapia física	27	3.1
Total	859	100.0%

Fuente: Depto. de Cómputo

Laboratorio de ergometrías.- Las evaluaciones físicas para iniciar un programa de acondicionamiento físico revisten una gran importancia.. El reporte de este laboratorio es el siguiente:

* Evaluación de capacidad aeróbica

- 140 en banda sin fin
- 100 en bicicleta ergométrica
- 200 en pruebas cooper (12)
- 20 en 3,000 sobre tiempo

*Evaluaciones de capacidad aeróbica y capacidad física

- 110 en prueba de R.Dickson (abdominales)
- 80 en faciales
- 198 flexibilidad

Se aplicaron ambas pruebas (aeróbicas y anaeróbicas) a 295 usuarios. La aeróbica a 182 y 85 anaeróbicas, dando un total de 562 personas atendidas.

Consultorio de nutrición.- La responsabilidad del nutriólogo consiste en un manejo adecuado de la alimentación y la nutrición para apoyar el mejoramiento continuo dentro de los programas de acondicionamiento físico. Las actividades de este consultorio se mencionan a continuación:

Tipo de consulta requerida	Pacientes	Porcentaje
Seguimiento	166	36.3
Orientación	77	16.9
Control	70	15.3
Dieta de reducción o hipocalórica	44	9.7
Dieta de reducción hiposódica	7	1.5
Dieta de reducción baja en COL, TGL y A.U.	62	13.5
Dieta blanda	4	0.9
Dieta hipercalórica	7	1.5
Dieta alta en fibra	9	2.0
Dieta para diabético	8	1.7
Dieta de reducción alta en hierro	3	0.7
Total	457	100.0%

* Fuente: Depto. de Cómputo.

Laboratorio de antropometría.- Los datos antropométricos son importantes en la evaluación del estado nutricional, la composición corporal y la configuración anatómica. Para realizar esta evaluación son utilizadas medidas que incluyen básicamente talla, peso, pliegues cutáneos, densidad y medidas circunferenciales, las cuales son obtenidas por técnicos y equipo especializado.

Una vez obtenidos los datos se reportan al Departamento de Nutrición para apoyo en la evaluación, así como también al Departamento de Ergometría para que sean considerados al momento de la evaluación del rendimiento físico, y al área de aparatos ejercitadores para que los instructores conozcan en forma más definida las partes del cuerpo que se tengan que modificar. Las actividades reportadas por este laboratorio son las siguientes:

Tipo de examen	Cantidad	Porcentaje
Examen antropométrico inicial	265	58.0
Examen antropométrico control	192	42.0
Total	457	100.0%

Fuente: Depto.de Cómputo

Consultorio de terapia física.- Ha sido diseñado para brindar atención en cuanto a la rehabilitación de lesiones osteo-musculares y tratamiento térmico y de masajes en dolores y luxaciones. Cuenta con equipo sofisticado, como ultrasonido, infrarrojo, diatermia, estimulador fisiológico fijo y portátil (personales) y equipo para masaje corporal, así como aparato de agua massage para tratamiento relajante y terapéutico. Este consultorio reporta los siguientes tratamientos:

Departamento de Terapia Física y Rehabilitación
Tipo de Tratamiento
junio 1994 - julio 1995

	US	DT	IR	EE	MAS	COM	VIB	MOV	HI	HM	Total
A Cadera	0	0	12	0	0	9	0	0	0	0	21
R Muslo	29	0	22	0	0	9	0	0	3	0	63
E Rodilla	49	0	37	20	0	10	0	0	0	0	116
A Pierna	26	0	8	9	0	18	0	0	0	0	61
T Tobillo	22	0	15	0	0	7	0	0	0	0	44
R Pie	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	2
A Hombro	22	0	18	0	0	10	0	0	0	0	50
T Brazo	5	0	1	0	0	4	0	0	0	0	10
A Antebrazo	14	0	9	0	0	7	0	0	0	0	30
D Muñeca	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
A Mano	0	0	0	2	0	8	0	0	0	0	10
R Espalda	44	0	44	7	0	10	4	0	0	0	121
A Cuello	7	0	18	0	0	7	4	0	0	0	41
D Codo	3	0	0	0	0	3	0	0	0	0	6
Total	221	0	186	38	0	102	8	0	3	0	575

US Ultrasonido
DT Diatermia
IR Infrarrojo
EE Estimulador Ele.
HI Hielo
MAS Masaje
COM Compresa
VIB Vibrador
MOV Movilidad
HM Hidromasaje

Laboratorio de análisis clínicos.- Su función es coadyuvar en el sistema de atención, realizando valoraciones para determinar concentraciones sanguíneas de los parámetros más comprometidos con las enfermedades crónico-degenerativas, las cuales son de vital importancia en un programa de acondicionamiento físico. Las actividades se desglosan a continuación:

Parámetro clínico	Num. de Exámenes	Porcentaje
Colesterol	432	17.0
Glucosa	463	18.0
Hemoglobina	398	15.5
Triglicéridos	377	15.0
Acido úrico	321	12.5
Lipoproteínas de Alta Densidad (HDL)	286	11.0
Lipoproteínas de Baja Densidad (LDL)	286	11.0
Total	2563	100.0%

AREA DE DEPORTES

En esta área se realizaron varias actividades, entre las que destacan las siguientes:

- 20 de septiembre-9 de noviembre de 1994 Torneo de basquetbol, con la participación de 22 equipos de 2a. y 3a. fuerzas.
- Julio de 1994 Clínicas de basquetbol, con la participación de 50 niños de 10 a 15 años.
- 11-29 de julio de 1994 1er. Campamento Deportivo Infantil, con la participación de 250 niños de ambos sexos.
- 8-19 de agosto de 1994 2o. Campamento Deportivo Infantil, con la participación de 70 niños.
- 28 de mayo de 1995 Para conmemorar el IV Aniversario del Centro se llevó a cabo un circuito aeróbico, con la coparticipación del C.M.M.M., con una asistencia de 150 personas.
- 17 de julio - 4 de agosto de 1995 3er. Campamento Deportivo Infantil, con la participación de 150 niños de ambos sexos.

Además, dentro de esta área se encuentra incluida la sección de aerobic's. Entre sus funciones está la del manejo grupal de los usuarios en rutinas aeróbicas dentro de su programa de acondicionamiento físico. Actualmente se cuenta con un total de cuatro grupos mixtos con un promedio de 34 miembros cada uno. Otra parte de esta área está constituida por las canchas deportivas, las que cuentan con instructores dentro de la disciplina de basquetbol, voleybol y karate, teniendo gran aceptación entre los usuarios, los cuales se organizan y realizan confrontaciones deportivas, siendo la de mayor auge la de basquetbol.

Una de las secciones de mayor importancia dentro de este Centro es la de aparatos ejercitadores, donde se cuenta con un equipo para el acondicionamiento físico. Los instructores, basados en los resultados obtenidos en cada uno de los laboratorios y considerando las recomendaciones de los responsables, elaboran los programas.

Asimismo, se cuenta con el área de préstamo de material y equipo deportivo, donde se facilita el material necesario para el desarrollo de las actividades.

Cabe mencionar que al Centro de Acondicionamiento Físico han asistido equipos como Rayados de Monterrey (basquetbol), Tigres (1a. división), Tigrillos, así como también los Cervceros de Monterrey (fútbol americano), para llevar a cabo su rutina de acondicionamiento físico.

AREA ADMINISTRATIVA

Recursos humanos.- Dentro de las actividades realizadas en esta sección se encuentran el control de asistencia, elaboración de formatos de deducciones y percepciones, cálculo y programación de tiempo extra y compensaciones, además de movimientos de personal.

Computación.- Las actividades realizadas por esta sección consisten básicamente en el manejo de control de información generada por las áreas correspondientes, así como el procesamiento de datos para la elaboración de informes cuyo contenido sirva de apoyo en la toma de decisiones, elaboración y diseño de los formatos de actividades diarias de cada uno de los laboratorios y consultorios, trípticos informativos, formatos, diplomas, posters y apoyo en propaganda de los eventos realizados, captura, forma y diseño de la información utilizada en las diferentes mamparas de cada uno de los laboratorios, consultorios y área de aparatos.

También esta área se encarga de dar apoyo al Departamento de Recursos Humanos en la elaboración de formatos de asistencia, listas de personal, etc.

Con motivo de la conmemoración del IV aniversario del Centro, el departamento diseñó y elaboró una revista conmemorativa.

CENTRO DE INFORMACION DE HISTORIA REGIONAL

PROFR. CELSO GARZA GUAJARDO

En términos generales, la actividad en esta Dependencia universitaria se ha mantenido invariablemente en función de acrecentar el prestigio de la Universidad en relación con la atención que brinda nuestra institución a la comunidad y todo lo referente a la cultura y la historia regional. Es de hacerse notar que dichas actividades han sido sostenidas gracias al entusiasmo y visión de un grupo de compañeros de trabajo que han centrado todos sus esfuerzos en garantizar el correcto desempeño tanto de lo que es en sí el Centro de Información de Historia Regional, como las funciones de la Hacienda San Pedro como espacio cultural abierto a la comunidad.

MANTENIMIENTO DE LA HACIENDA SAN PEDRO

El edificio histórico de la Hacienda San Pedro, abierto desde 1990 como espacio cultural tanto para la Universidad y la comunidad en general como sede del Centro de Información de Historia Regional, requiere un constante mantenimiento para su uso diario y para que no se deterioren sus instalaciones. Hay que recordar que estamos hablando de un espacio formado por cincuenta y dos cuartos en tres niveles, cuatro patios y jardines interiores y exteriores, en una región semi-desértica. Para las funciones de mantenimiento y de limpieza se cuenta con el trabajo diario de dos compañeros que efectúan sus labores con toda diligencia. Se ha contado siempre con la colaboración del Estadio Universitario, para reforzar todas estas actividades; a veces con la contratación de personal eventual y en dos o tres ocasiones al año con programas específicos de mantenimiento en las instalaciones del edificio; trabajos de albañilería, electricidad y pintura.

La presentación y limpieza de los jardines se ha dado en función de recuperar la flora silvestre. Próximamente se hará la inauguración de los jardines botánicos que llevarán el nombre del biólogo Glafiro Alanís Flores.

Las tareas de mantenimiento de la Hacienda San Pedro, por sus resultados, representan uno de los orgullos especiales de nuestro trabajo en esta Dependencia universitaria.

LA "VI FIESTA DE LA CULTURA REGIONAL"

Este evento constituye una de las actividades más importantes del año, y su preparación requiere de tres meses previos a su realización. Es un esfuerzo universitario por entrelazarse con la cultura y la vida de los municipios, principalmente del Valle de las Salinas y de todo aquello que contribuya al arraigo e identidad de nuestra cultura. La "VI fiesta de la cultura regional" se realizó durante los días 30 de junio, 1 y 2 de julio. Se contó en todo momento con el apoyo decidido de la Rectoría y de los Departamentos de Construcción y Mantenimiento y del Estadio Universitario. Participaron en esta ocasión los municipios de Gral. Zuazua, Salinas Victoria, Ciénega de Flores, Marín, Higuera, Doctor González, El Carmen, Apodaca, Escobedo, San Nicolás de los Garza, Abasolo, Mina, Anáhuac, Montemorelos, Santiago, Sabinas Hidalgo y Vallecillo.

La respuesta de la comunidad a este evento universitario y popular fue, una vez más, extraordinaria.

Las actividades principales durante la fiesta fueron el reconocimiento a personajes de la cultura popular, el concierto-cátedra del corrido de la frontera, la muestra gastronómica, la exposición "Las haciendas de Nuevo León en su Historia", la presentación de los libros "Ingratos ojos míos", de Guillermo Berrones; "La Hacienda San Pedro. Pláticas y recuerdos de un pasado", de Carlos Leal Velasco; y "Memorias de cocina.