



ABRIL – JUNIO 2023

ACCIONES PREVENTIVAS: ¡VIDA SALUDABLE!

Continuamos con la página de Facebook: <https://m.facebook.com/modulomedicotlaxcala>, teniendo como pilares: Aliméntate-Hidrátate, Actívate, Vive Sin Estrés, Salud Mental y Mídete, donde se realizan publicaciones de cada pilar, hemos alcanzando 602 seguidores.

Aliméntate –Hidrátate

Módulo Médico-Vida Saludable Tlaxcala
19 de junio a las 9:45

El Módulo Médico y su Programa Vida Saludable les comparte la siguiente información. El maíz en México es un alimento básico en la #dieta diaria de la población, la tortilla es un alimento de excelente calidad, porque: Tiene un alto contenido de hidratos de carbono complejos... Ver más

Tortillas Y SU APORTE CALÓRICO

1 TORTILLA APORTA:

DE HARINA 88 KCAL	MAÍZ BLANCO 67 KCAL	MAÍZ AMARILLO 64 KCAL
MAÍZ NIXTAMALIZADO 53 KCAL	MAÍZ AZUL O NEGRO 78 KCAL	
HARINA INTEGRAL 76 KCAL	TORTILLA DE MAÍZ Y TRIGO 73 KCAL	

Actívate

Módulo Médico-Vida Saludable Tlaxcala
9 de mayo

El Módulo Médico y su Programa Vida Saludable, les invita a realizar actividad física. ¿Quieres que tu cuerpo se vea tonificado? Este es un buen ejercicio. La plancha tiene muchos beneficios, ya que en esta posición se trabajan varios grupos musculares... Ver más

BENEFICIOS: DE HACER PLANCHAS

- Vientre tonificado.
- Reducen el dolor de espalda.
- Flexibilidad.
- Mejoran el estado de ánimo.
- Mejoran el equilibrio y la postura.

Vive Sin Estrés

Módulo Médico-Vida Saludable Tlaxcala
21 de junio a las 9:02

El Módulo Médico y su Programa Vida Saludable les invitan a practicar yoga. El Día Internacional del Yoga se celebra el 21 de junio. ¿Qué es el yoga?... Ver más

6 BENEFICIOS QUE NO CONOCÍAS DEL YOGA

FUENTE: GYM-IN

Dormir mejor.	Aporta conocimiento personal: es un método que conecta tu cuerpo y tu mente.
Es terapéutico: puede ser practicado por personas de diversa edad y condición física.	Entrenamiento complementario en actividades deportivas.
Mejora tu postura corporal.	Aporta confianza y seguridad.

Salud Mental

Módulo Médico-Vida Saludable Tlaxcala
12 de junio a las 9:05

El Módulo Médico y su Programa Vida Saludable les desean un excelente inicio de semana. #Jueves #VidaSaludableTlaxcala #AlimentateSano... Ver más

Si no puedes con todo a la vez,
hazlo por partes!



Mídete



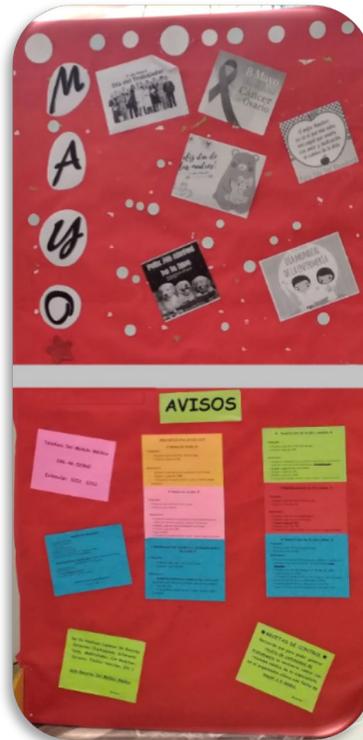
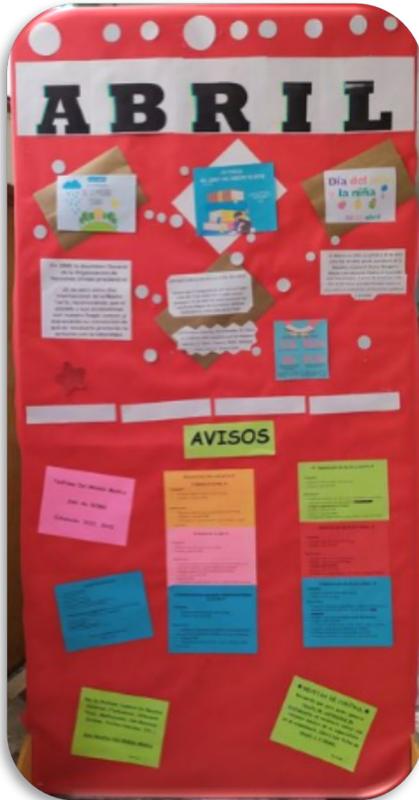
“**VIDA SALUDABLE COACH**”, programa educativo dirigido a pacientes que viven con diabetes, en él se busca ayudar a los pacientes a comprender mejor su enfermedad, adherirse al tratamiento y mejorar continuamente su calidad de vida.



El servicio de terapia física y rehabilitación, permanece con el grupo de ejercicio de fortalecimiento de bajo impacto los días viernes con un horario de 9:00 am - 10:00 am.



Se mantiene la elaboración de periódico mural, una herramienta de comunicación visual que permite fomentar el trabajo en equipo y difundir información de distintos temas de interés para público en general y pacientes que visiten nuestras instalaciones.





CONSULTAS DE NUTRICIÓN EN EL TRIMESTRE QUE SE REPORTA

Periodo de consultas:	sábado 01 de abril de 2023 a viernes 30 de junio de 2023
------------------------------	---

ID	MÉDICO	NÚMERO DE CONSULTAS	PORCENTAJE
25	CRISTIAN ANDREA ESTRADA RAMIREZ	132	63.2%
23	YESSICA ROMERO TONIX	13	6.2%
65	BERENICE AMADO RODRIGUEZ	64	30.6%

TOTAL:	209
---------------	------------

CONSULTAS DE REHABILITACIÓN EN EL TRIMESTRE QUE SE REPORTA

Periodo de consultas:	sábado 01 de abril de 2023 a viernes 30 de junio de 2023
------------------------------	---

ID	MÉDICO	NÚMERO DE CONSULTAS	PORCENTAJE
26	VERONICA CAMPOS TAMAYO	461	53.9%
275	YURIDIA ARELY PILOTZI MONTIEL	394	46.1%

TOTAL:	855
---------------	------------





ATENCIÓN MÉDICA

Los 10 diagnósticos del segundo trimestre de 2023, conforme al CIE 10 son los siguientes:

Periodo de consultas:	sábado 01 de abril de 2023 a viernes 30 de junio de 2023
-----------------------	---

Clave C10	Cantidad	Porcentaje	Descripción
I10X	1278	19.03%	HIPERTENSION ESENCIAL (PRIMARIA)
J02	1018	15.16%	FARINGITIS AGUDA
E11	902	13.43%	DIABETES MELLITUS NO INSULINODEPENDIENTE
J00X	748	11.14%	RINOFARINGITIS AGUDA [RESFRIADO COMUN]
I872	597	8.89%	INSUFICIENCIA VENOSA (CRONICA) (PERIFERICA)
5A11	512	7.62%	DIABETES MELLITUS DE TIPO 2
DA42	507	7.55%	GASTRITIS
K58	408	6.08%	SINDROME DEL COLON IRRITABLE
A09X	391	5.82%	DIARREA Y GASTROENTERITIS DE PRESUNTO ORIGEN INFECCIOSO
QB92	355	5.29%	CONTACTO CON LOS SERVICIOS DE SALUD PARA RENOVAR UNA RECETA

Total:	6716
---------------	-------------

El gráfico nos muestra el acumulado de consultas (nutrición, rehabilitación y médicas) otorgadas durante los meses del 2do trimestre de 2023.

