



**DIF**  
ESTATAL TLAXCALA

DEPARTAMENTO DE  
FOMENTO A LA SALUD

Proyecto:

**22 - 0M. ESTRATEGIA ALIMENTARIA PARA UN ESTADO DE TLAXCALA SIN  
HAMBRE (FAM AS)**

Indicador:

**22A2.- Realizar capacitaciones de educación y orientación  
alimentaria a los SMDIF y beneficiarios de los programas de  
asistencia social alimentaria.**

Medio de Verificación:

**Reporte de Capacitaciones de Educación y Orientación Alimentaria 2023.**

Ubicación Física:

**Oficina de Orientación y Educación Alimentaria.**

---

Ing. Karla Stankiewicz Dávila

Jefa de Departamento de Asistencia  
Alimentaria y Nutrición

**SEPTIEMBRE 2023**



PROGRAMA DE ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

REPORTE MENSUAL DE CAPACITACIONES DE EDUCACIÓN Y ORIENTACIÓN ALIMENTARIA DE ASISTENCIA SOCIAL ALIMENTARIA OTORGADAS

MES: SEPTIEMBRE 2023

REPORTE MENSUAL DEL ÁREA DE NUTRICIÓN SEDIF

No.	TEMA	OBJETIVOS DEL TEMA	LUGAR DONDE SE REALIZÓ	FECHA	PROGRAMA					POBLACIÓN OBJETIVO	TOTAL DE ASISTENTES	LINEA DE ACCIÓN	CAMBIO ESPERADO
					AEMC	AEMF	PAAAGP-1000D	PAAGP	OTROS				
1	CONOCE LOS ALIMENTOS CON ALTO INDICE GLUCEMICO	LOS PARTICIPANTES CONOCERÁN LA RELACIÓN QUE TIENE LA ALIMENTACIÓN CON LAS ENFERMEDADES CRONICO DEGENERATIVAS COMO LA DIABETES	DIF MUNICIPAL DE SAN FCO. TETLANOHCAN	20/09/2023				X		BENEFICIARIOS DEL PROGRAMA DE ATENCIÓN ALIMENTARIA A GRUPOS PRIORITARIOS ADULTO MAYOR	11	SESIÓN EDUCATIVA	INTEGRACIÓN DE LOS GRUPOS DE ALIMENTOS DEL PLATO DEL BIEN COMER
2	ALIMENTACIÓN RECOMENDABLE EN EL ADULTO MAYOR	LOS BENEFICIARIOS CONOCERAN EL PLATO DEL BIEN COMER Y LA IMPORTANCIA DE SU UTILIZACIÓN	DIF MUNICIPAL DE TLALTELULCO	20/09/2023				X		BENEFICIARIOS DEL PROGRAMA DE ATENCIÓN ALIMENTARIA A GRUPOS PRIORITARIOS ADULTO MAYOR	33	SESIÓN EDUCATIVA	INTEGRACIÓN DE LOS GRUPOS DE ALIMENTOS DEL PLATO DEL BIEN COMER

TOTAL 44

ING. JULIO VARGAS SÁNCHEZ

RESPONSABLE DEL ÁREA ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

ING. KARLA STANKIEWICZ DÁVILA

JEFE DE DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN



DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN  
AREA: ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA  
ORIENTACIÓN

FORMATO DE CAMPO QUE REALIZA EL ÀREA DE ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

NOMBRE DEL PROGRAMA Atención alimentaria a grupos prioritarios FECHA 20 / 09 / 2023

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD Capacitación del tema conoce los alimentos con alto indice glicemico.  
*Adulto mayor*

NOMBRE DEL MUNICIPIO	NOMBRE DE LA COMUNIDAD	NOMBRE FIRMA Y SELLO DEL DIRECTOR (A) DEL SMDIF	No DE ASIST	HORA DE LLEGADA	HORA DE SALIDA
San Francisco Tetlanohcan	Santa Rosa	Leticia Mendieta Garza   H. AYUNTAMIENTO CONSTITUCIONAL SAN FCO. TETLANOHCAN, TLAX. DIF MUNICIPAL 2021 2024	11	12:10 pm	2:00 pm



**DIF**  
ESTATAL TLAXCALA

**DIRECCIÓN GENERAL**  
**DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN**  
**ÁREA ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA**

LISTA DE ASISTENCIA

FECHA: 20/09/2023

Nombre de la plática: Capacitación del tema acerca los alimentos con alto índice glucémico

Población objetivo: Adulto mayor Programa: Atención alimentaria a grupos prioritarios Adulto mayor.

Lugar donde se realiza la actividad: SMDIF

Municipio: San Francisco Tetlahuacan Localidad: Santa Rosa.

#	NOMBRE	EDAD			SEXO	PERSONA CON DISCAPACIDAD	FIRMA
		6 a 12	13 a 20	21 a 70			
1	Jana Rodriguez Taxis			69	M	No	
2	Feliciana Margarita C.C.			61	M	No	
3	Elovia Rodriguez S.			53	M.	SI	
4	Manuela Rodriguez G.			67	M	SI	
5	<sup>Copia pluma</sup> Ana Maria Salustia			64	M	No	
6	Miguel Rosete M.			82	H	NO	
7	Emiliano Flores			60	H	NO	
8	adolfo Rodriguez			76	H	NO	
9	Concepcion Mendilaharsu			65	M	NO	
10	Marcelino Pascual Rodriguez			71	M	NO	

Nombre, Firma y Sello

Leticia Mendieta Garza

DIRECTOR (A) DEL SISTEMA MUNICIPAL DIF

DIF MUNICIPAL

2021 2024

Nombre y firma

Leticia Mendieta Garza

Responsable Operativo



DIRECCIÓN GENERAL  
DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN  
ÁREA ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

LISTA DE ASISTENCIA

FECHA: 20/09/2023

Nombre de la plática: Capacitación del tema los alimentos con alto índice glucémico

Población objetivo: Adulto mayor Programa: Atención alimentaria a grupos prioritarios adulto mayor

Lugar donde se realiza la actividad: SMDIF

Municipio: San Francisco Tetlanohcan Localidad: Santa Rosa.

#	NOMBRE	EDAD			SEXO	PERSONA CON DISCAPACIDAD	FIRMA
		6 a 12	13 a 20	21 a 70	M/H	SI/NO	
1	<u>Pascuala Cuatrecasas Atano</u>			<u>73</u>	<u>M</u>	<u>No</u>	
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							

Nombre, Firma y Sello

Leticia Mendieta Garza

DIRECTOR (A) DEL SISTEMA MUNICIPAL DIF



Nombre y firma

Leticia Mendieta Garza

Responsable Operativo



**DIF**

**SISTEMA ESTATAL PARA DESARROLLO INTEGRAL DE LA FAMILIA  
DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN.**

**EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS DE ORIENTACIÓN ALIMENTARIA DE LA CAPACITACIÓN DEL  
TEMA CONOCE LOS ALIMENTOS CON ALTO ÍNDICE GLUCÉMICO EN EL MUNICIPIO DE  
SAN FRANCISCO TETLANOHCAN**

**FECHA: 20/09/2023 HORA: 12:10 PM**

**PROGRAMA: ATENCIÓN ALIMENTARIA A GRUPOS PRIORITARIOS ADULTO MAYOR**



Ilustración 1



Ilustración 2



Ilustración 3



Ilustración 4



Ilustración 5



Ilustración 6



Ilustración 7



Ilustración 8



Ilustración 9



Ilustración 10



DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN  
ÁREA DE ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

CONOCE LOS ALIMENTOS CON ALTO INDICE GLUCEMICO  
EVALUACIÓN INICIAL

NOMBRE:	Elodia Rodríguez Sánchez
FECHA:	20 Sep - 2023
MUNICIPIO:	Tetlandron
PROGRAMA	Discapacidad adulto mayor

Instrucciones: Lee con atención y subraya la respuesta correcta de cada una de las preguntas.

- 1.- ¿Qué factores determinan el Índice Glucémico en los alimentos?
  - a) Cocción, refrigeración licuado o jugo de los alimentos.
  - b) Proceso de absorción que tiene cada individuo.
  - c) Grado de maduración de cada alimento.
  - d) Todas las anteriores.
  
- 2.- ¿Usted considera que hay alimentos que tienen más Índice Glucémico que otros?
  - a) Si.
  - b) No.
  
- 3.- ¿Creé usted que es importante el realizar mínimo 4 tiempos de comida al día, como fin de evitar picos altos de Glucemia?
  - a) Si.
  - b) No.
  
- 4.- El conocer que alimentos tiene más Índice Glucémico ¿Puede contribuir a que Usted logre disminuir el consumo de éstos den pauta la no presentar Sobrepeso y Prediabetes?
  - a) Si.
  - b) No.
  
- 5.- Las verduras y frutas ¿Cómo las recomendamos comer?
  - a) No muy maduras.
  - b) En algunas verduras es preferible comerlas crudas, ralladas o picadas.
  - c) Las verduras, se les puede agregar gotas de limón para disminuir el Índice Glucémico de las mismas.
  - d) Todas las anteriores.



DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN  
ÁREA DE ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

LOS ALIMENTOS CON ALTO INDICE GLUCEMICO  
EVALUACIÓN FINAL

NOMBRE:	Elodia Rodriguez Sanchez
FECHA:	20-Sep-2023
MUNICIPIO:	Tetlanobcan
PROGRAMA	Adulto mayor

**Instrucciones: Lee con atención y subraya la respuesta correcta de cada una de las preguntas.**

1.- ¿Qué factores determinan el Índice Glucémico en los alimentos?

- e) Cocción, refrigeración licuado o jugo de los alimentos.
- f) Proceso de absorción que tiene cada individuo.
- g) Grado de maduración de cada alimento.
- h) Todas las anteriores.

2.- ¿Usted considera que hay alimentos que tienen más Índice Glucémico que otros?

- c) Si.
- d) No.

3.- ¿Creé usted que es importante el realizar mínimo 4 tiempos de comida al día, como fin de evitar picos altos de Glucemia?

- c) Si.
- d) No.

4.- El conocer que alimentos tiene más Índice Glucémico ¿Puede contribuir a que Usted logre disminuir el consumo de éstos den pauta la no presentar Sobrepeso y Prediabetes?

- c) Si.
- d) No.

5.- Las verduras y frutas ¿Cómo las recomendamos comer?

- e) No muy maduras.
- f) En algunas verduras es preferible comerlas crudas, ralladas o picadas.
- g) Las verduras, se les puede agregar gotas de limón para disminuir el Índice Glucémico de las mismas.
- h) Todas las anteriores.



DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN  
ÁREA DE ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

CONOCE LOS ALIMENTOS CON ALTO INDICE GLUCEMICO  
EVALUACIÓN INICIAL

NOMBRE:	Miguel Rose Mendez A
FECHA:	20-9-2023
MUNICIPIO:	TECILA NDUHCAN
PROGRAMA	Adultos mayores

Instrucciones: Lee con atención y subraya la respuesta correcta de cada una de las preguntas.

1.- ¿Qué factores determinan el Índice Glucémico en los alimentos?

- a) Cocción, refrigeración licuado o jugo de los alimentos.
- b) Proceso de absorción que tiene cada individuo.
- c) Grado de maduración de cada alimento.
- d) Todas las anteriores.

2.- ¿Usted considera que hay alimentos que tienen más Índice Glucémico que otros?

- a) Si.
- b) No.

3.- ¿Creé usted que es importante el realizar mínimo 4 tiempos de comida al día, como fin de evitar picos altos de Glucemia?

- a) Si.
- b) No.

4.- El conocer que alimentos tiene más Índice Glucémico ¿Puede contribuir a que Usted logre disminuir el consumo de éstos den pauta la no presentar Sobrepeso y Prediabetes?

- a) Si.
- b) No.

5.- Las verduras y frutas ¿Cómo las recomendamos comer?

- a) No muy maduras.
- b) En algunas verduras es preferible comerlas crudas, ralladas o picadas.
- c) Las verduras, se les puede agregar gotas de limón para disminuir el Índice Glucémico de las mismas.
- d) Todas las anteriores.



DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN  
ÁREA DE ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

LOS ALIMENTOS CON ALTO INDICE GLUCEMICO  
EVALUACIÓN FINAL

NOMBRE:	Miguel Rosete Mendiceta
FECHA:	20-2023
MUNICIPIO:	Teztlahuacán
PROGRAMA	Adultos mayores

Instrucciones: Lee con atención y subraya la respuesta correcta de cada una de las preguntas.

1.- ¿Qué factores determinan el Índice Glucémico en los alimentos?

- e) Cocción, refrigeración licuado o jugo de los alimentos.
- f) Proceso de absorción que tiene cada individuo.
- g) Grado de maduración de cada alimento.
- h) Todas las anteriores.

2.- ¿Usted considera que hay alimentos que tienen más Índice Glucémico que otros?

- c) Si.
- d) No.

3.- ¿Creé usted que es importante el realizar mínimo 4 tiempos de comida al día, como fin de evitar picos altos de Glucemia?

- c) Si.
- d) No.

4.- El conocer que alimentos tiene más Índice Glucémico ¿Puede contribuir a que Usted logre disminuir el consumo de éstos den pauta la no presentar Sobrepeso y Prediabetes?

- c) Si.
- d) No.

5.- Las verduras y frutas ¿Cómo las recomendamos comer?

- e) No muy maduras.
- f) En algunas verduras es preferible comerlas crudas, ralladas o picadas.
- g) Las verduras, se les puede agregar gotas de limón para disminuir el Índice Glucémico de las mismas.
- h) Todas las anteriores.



DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN  
ÁREA DE ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

LOS ALIMENTOS CON ALTO INDICE GLUCEMICO  
EVALUACIÓN FINAL

NOMBRE:	Emanuela Rodriguez Garza
FECHA:	20-Sep-2023
MUNICIPIO:	Tehuacan
PROGRAMA	Adultos mayores

**Instrucciones: Lee con atención y subraya la respuesta correcta de cada una de las preguntas.**

- 1.- ¿Qué factores determinan el Índice Glucémico en los alimentos?
  - e) Cocción, refrigeración licuado o jugo de los alimentos.
  - f) Proceso de absorción que tiene cada individuo.
  - g) Grado de maduración de cada alimento.
  - h) Todas las anteriores.
- 2.- ¿Usted considera que hay alimentos que tienen más Índice Glucémico que otros?
  - c) Si.
  - d) No.
- 3.- ¿Creé usted que es importante el realizar mínimo 4 tiempos de comida al día, como fin de evitar picos altos de Glucemia?
  - c) Si.
  - d) No.
- 4.- El conocer que alimentos tiene más Índice Glucémico ¿Puede contribuir a que Usted logre disminuir el consumo de éstos den pauta la no presentar Sobrepeso y Prediabetes?
  - c) Si.
  - d) No.
- 5.- Las verduras y frutas ¿Cómo las recomendamos comer?
  - e) No muy maduras.
  - f) En algunas verduras es preferible comerlas crudas, ralladas o picadas.
  - g) Las verduras, se les puede agregar gotas de limón para disminuir el Índice Glucémico de las mismas.
  - h) Todas las anteriores.



**DIF**  
ESTATAL TLAXCALA

DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN  
ÁREA DE ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

CONOCE LOS ALIMENTOS CON ALTO INDICE GLUCEMICO  
EVALUACIÓN INICIAL

NOMBRE:	Emanuela Rodriguez Garcia
FECHA:	20-Sep-2023 ✓
MUNICIPIO:	Tetlanhran
PROGRAMA	Adultos mayas

**Instrucciones: Lee con atención y subraya la respuesta correcta de cada una de las preguntas.**

- 1.- ¿Qué factores determinan el Índice Glucémico en los alimentos?
  - a) Cocción, refrigeración licuado o jugo de los alimentos.
  - b) Proceso de absorción que tiene cada individuo.
  - c) Grado de maduración de cada alimento.
  - d) Todas las anteriores.
  
- 2.- ¿Usted considera que hay alimentos que tienen más Índice Glucémico que otros?
  - a) Si.
  - b) No.
  
- 3.- ¿Creé usted que es importante el realizar mínimo 4 tiempos de comida al día, como fin de evitar picos altos de Glucemia?
  - a) Si.
  - b) No.
  
- 4.- El conocer que alimentos tiene más Índice Glucémico ¿Puede contribuir a que Usted logre disminuir el consumo de éstos den pauta la no presentar Sobrepeso y Prediabetes?
  - a) Si.
  - b) No.
  
- 5.- Las verduras y frutas ¿Cómo las recomendamos comer?
  - a) No muy maduras.
  - b) En algunas verduras es preferible comerlas crudas, ralladas o picadas.
  - c) Las verduras, se les puede agregar gotas de limón para disminuir el Índice Glucémico de las mismas.
  - d) Todas las anteriores.



DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN  
ÁREA DE ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

CONOCE LOS ALIMENTOS CON ALTO INDICE GLUCEMICO  
EVALUACIÓN INICIAL

NOMBRE:	Pascueta Arrién
FECHA:	20 sep - 2023
MUNICIPIO:	Tetlahuacán.
PROGRAMA	Adultos mayores

Instrucciones: Lee con atención y subraya la respuesta correcta de cada una de las preguntas.

- 1.- ¿Qué factores determinan el Índice Glucémico en los alimentos?
  - a) Cocción, refrigeración licuado o jugo de los alimentos.
  - b) Proceso de absorción que tiene cada individuo.
  - c) Grado de maduración de cada alimento.
  - d) Todas las anteriores.
- 2.- ¿Usted considera que hay alimentos que tienen más Índice Glucémico que otros?
  - a) Si.
  - b) No.
- 3.- ¿Creé usted que es importante el realizar mínimo 4 tiempos de comida al día, como fin de evitar picos altos de Glucemia?
  - a) Si.
  - b) No.
- 4.- El conocer que alimentos tiene más Índice Glucémico ¿Puede contribuir a que Usted logre disminuir el consumo de éstos den pauta la no presentar Sobrepeso y Prediabetes?
  - a) Si.
  - b) No.
- 5.- Las verduras y frutas ¿Cómo las recomendamos comer?
  - a) No muy maduras.
  - b) En algunas verduras es preferible comerlas crudas, ralladas o picadas.
  - c) Las verduras, se les puede agregar gotas de limón para disminuir el Índice Glucémico de las mismas.
  - d) Todas las anteriores.



DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN  
ÁREA DE ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

LOS ALIMENTOS CON ALTO INDICE GLUCEMICO  
EVALUACIÓN FINAL

NOMBRE:	Pascuala Atviano
FECHA:	20-Sep-2023
MUNICIPIO:	Tehuacan
PROGRAMA	Adultos mayores.

Instrucciones: Lee con atención y subraya la respuesta correcta de cada una de las preguntas.

1.- ¿Qué factores determinan el Índice Glucémico en los alimentos?

- e) Cocción, refrigeración licuado o jugo de los alimentos.
- f) Proceso de absorción que tiene cada individuo.
- g) Grado de maduración de cada alimento.
- h) Todas las anteriores.

2.- ¿Usted considera que hay alimentos que tienen más Índice Glucémico que otros?

- c) Sí.
- d) No.

3.- ¿Creé usted que es importante el realizar mínimo 4 tiempos de comida al día, como fin de evitar picos altos de Glucemia?

- c) Sí.
- d) No.

4.- El conocer que alimentos tiene más Índice Glucémico ¿Puede contribuir a que Usted logre disminuir el consumo de éstos den pauta la no presentar Sobrepeso y Prediabetes?

- c) Sí.
- d) No.

5.- Las verduras y frutas ¿Cómo las recomendamos comer?

- e) No muy maduras.
- f) En algunas verduras es preferible comerlas crudas, ralladas o picadas.
- g) Las verduras, se les puede agregar gotas de limón para disminuir el Índice Glucémico de las mismas.
- h) Todas las anteriores.



DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN

AREA: ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

ORIENTACIÓN

FORMATO DE CAMPO QUE REALIZA EL ÀREA DE ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

NOMBRE DEL PROGRAMA Atención alimentaria a grupos prioritarios Adulto mayor. FECHA 20 / 09 / 2023

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD Capacitación del tema Alimentación recomendable en el adulto mayor.

NOMBRE DEL MUNICIPIO	NOMBRE DE LA COMUNIDAD	NOMBRE FIRMA Y SELLO DEL DIRECTOR (A) DEL SMDIF	No DE ASIST	HORA DE LLEGADA	HORA DE SALIDA
La Magdalena Tlaltelulco	La Magdalena Tlaltelulco.	 Lic. Laura Castillo Papalote  AYUNTAMIENTO CONSTITUCIONAL DE LA MAGDALENA <b>TLALTTELULCO</b> 2021-2024 DIF MUNICIPAL	33	10:00am	11:55am.



**DIF**  
ESTATAL TLAXCALA

**DIRECCIÓN GENERAL**  
**DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN**  
**ÁREA ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA**

LISTA DE ASISTENCIA

FECHA: 20/09/2023

Nombre de la plática: Capacitación del tema alimentación recomendable en el adulto mayor

Población objetivo: Adulto mayor Programa: Atención alimentaria a grupos prioritarios en el adulto mayor.

Lugar donde se realiza la actividad: UBR Tlaltelulco

Municipio: La Magdalena Tlaltelulco Localidad: La Magdalena Tlaltelulco

#	NOMBRE	EDAD			SEXO	PERSONA CON DISCAPACIDAD	FIRMA
		6 a 12	13 a 20	21 a 70			
1	Petia Polvo Melendez			83	M	NO	Polvo
2	Yolanda George Mora			64	M	NO	Yolanda G.
3	Carlos Mendoza Flores			70	M	NO	[Signature]
4	Virginia Morales Peña			61	M	NO	[Signature]
5	Maria Ernestina Zamora			56	M	NO	[Signature]
6	Maria AZUCENA Zamora			64	M	NO	[Signature]
7	Claudia Pérez Hernández			62	M	NO	[Signature]
8	Eustolia Torres Duran			59	M	NO	[Signature]
9	Maria de los Angeles Castillo P			62	M	NO	[Signature]
10	Maria Alicia Matallucatz Melendez				M	NO	[Signature]

Nombre, Firma y Sello  
Lic. Laura Castilla Papaleoti



Nombre y firma  
Lic. Nancy Areli Carranza Ibarra

DIRECTOR (A) DEL SISTEMA MUNICIPAL DE ATENDIMIENTO CONSTITUCIONAL

Responsable Operativo

DE LA MAGDALENA  
**TLALTTELULCO**  
2021-2024  
**DIF MUNICIPAL**



**DIF**  
ESTATAL TLAXCALA

**DIRECCIÓN GENERAL**  
**DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN**  
**ÁREA ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA**

LISTA DE ASISTENCIA

FECHA: 20/09/2023

Nombre de la plática: Capacitación del tema alimentación recomendable en el adulto mayor

Población objetivo: Adulto mayor Programa: Atención alimentaria a grupos prioritarios en el adulto mayor

Lugar donde se realiza la actividad: UBR Tlaltelulco

Municipio: La Magdalena Tlaltelulco Localidad: La Magdalena Tlaltelulco

#	NOMBRE	EDAD			SEXO	PERSONA CON DISCAPACIDAD	FIRMA
		6 a 12	13 a 20	21 a 70			
1	Esther Zamora Solis		91		M	pulmones Si	<del>Emilia A</del>
2	Vicenta Arce Arce			70	M	No	<del>U</del>
3	Regina Zamora Escobar		73		M	No	Regina
4	Catalina Candida Perez Rodriguez		75		M	No	<del>C</del>
5	Petra Mendieta Pluma		70		M	No	<del>P</del>
6	Severina Escobar Cruz		70		M	No	<del>S</del>
7	Yolanda Papalotzi Angulo		70		M	No	<del>Y</del>
8	Elodia Xicohtencalt		62		M	Si	<del>E</del>
9	Dolores Mendieta papalotzi		30		M	Si	<del>M</del>
10	Josefina Yolanda Hernandez Morala		70		M	No	<del>J</del>

Nombre, Firma y Sello

Lic. Laura Castilla Papalotzi

DIRECTOR (A) DEL SISTEMA MUNICIPAL DIF



ESTADO LIBRE Y SOBERANO DE  
LA MAGDALENA  
**TLATELULCO**  
2021-2024  
DIF MUNICIPAL

Nombre y firma

L.N. Zuly Areli Carmona Hdez

Responsable Operativo



**DIF**  
ESTATAL TLAXCALA

**DIRECCIÓN GENERAL**  
**DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN**  
**ÁREA ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA**

LISTA DE ASISTENCIA

FECHA: 20/09/2023

Nombre de la plática: Capacitación del tema alimentación recomendable en el adulto mayor

Población objetivo: Adulto mayor Programa: Atención alimentaria a grupos prioritarios en el adulto mayor.

Lugar donde se realiza la actividad: UB 2 Tlaltelulco

Municipio: La Magdalena Tlaltelulco Localidad: La Magdalena Tlaltelulco

#	NOMBRE	EDAD			SEXO	PERSONA CON DISCAPACIDAD	FIRMA
		6 a 12	13 a 20	21 a 70	M/H	SI/NO	
1	Jorge onofe polvo	62			Persono	si	
2	Rosa Cruz Pérez	64			M		
3	Nayely Matlalcoatzil Pluma	31			Femenino	si	
4	Patricia Matlalcoatzil			64	F	si	
5	Ana maria George	68		68	M	si	
6	Marlisa George Sanchez	65		65	femenino	no	
7	Talene Jimenez George	62		62	F	no	
8	Maria Asencion Mardeta			74	F	NO	
9	Ana M <sup>o</sup> Concepcion Plavo Sifo	64		70	F	NO	
10	Petra George Sanchez	63		63	M	SI	

Nombre, Firma y Sello  
Lic. Laura Castillo Papabati   
DIRECTOR (A) DEL SISTEMA MUNICIPAL DIF



Nombre y firma  
L.N Zuly Areli Carmona Hdez   
Responsable Operativo

AYUNTAMIENTO CONSTITUCIONAL  
DE  
LA MAGDALENA  
**TLALTTELULCO**  
2021-2024  
**DIF MUNICIPAL**



DIRECCIÓN GENERAL  
DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN  
ÁREA ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

LISTA DE ASISTENCIA

FECHA: 20/09/2023

Nombre de la plática: Capacitación del tema Alimentación recomendable en el adulto mayor

Población objetivo: Adulto mayor Programa: Atención alimentaria a grupos prioritarios en el adulto mayor

Lugar donde se realiza la actividad: UBR Tlaltelulco

Municipio: La Magdalena Tlaltelulco Localidad: La Magdalena Tlaltelulco

#	NOMBRE	EDAD			SEXO	PERSONA CON DISCAPACIDAD	FIRMA
		6 a 12	13 a 20	21 a 70			
1	<u>Agripino Pluma</u>		<u>70</u>		<u>M</u>	<u>NO</u>	
2	<u>Luz Herma Pluma Heredia</u>		<u>60</u>		<u>M.</u>	<u>NO</u>	
3	<u>Gloria Escobedo Lariza</u>		<u>62</u>		<u>M</u>	<u>NO</u>	
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							

Nombre, Firma y Sello  
Lic. Larrea Castillo Papalotzi

DIRECTOR (A) DEL SISTEMA MUNICIPAL DIF



AYUNTAMIENTO CONSTITUCIONAL  
DE  
LA MAGDALENA  
**TLATELULCO**  
2021-2024

DIF MUNICIPAL

Nombre y firma

Mrs. Zuly Aréli Carranza Hdez   
Responsable Operativo



**DIF**

**SISTEMA ESTATAL PARA DESARROLLO INTEGRAL DE LA FAMILIA  
DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN.**

**EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS DE ORIENTACIÓN ALIMENTARIA DE LA CAPACITACIÓN DEL  
TEMA ALIMENTACIÓN RECOMENDABLE EN EL ADULTO MAYOR EN EL MUNICIPIO DE LA  
MAGNALENA TLATELULCO**

**FECHA: 20/09/2023 HORA: 10:00 AM**

**PROGRAMA: ATENCIÓN ALIMENTARIA A GRUPOS PRIORITARIOS ADULTO MAYOR**



Ilustración 1



Ilustración 2



Ilustración 3



Ilustración 4



Ilustración 5



Ilustración 6



Ilustración 7



Ilustración 8





**DIF**  
ESTATAL TLAXCALA

DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN  
ÁREA DE ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

ALIMENTACIÓN RECOMENDABLE EN EL ADULTO MAYOR  
EVALUACIÓN INICIAL

NOMBRE:	Felipe Melendez Cruz
FECHA:	29 de Septiembre 2023
MUNICIPIO:	Petra Mendicita Pluma
PROGRAMA	Adultos Mayores

**Instrucciones: Lee con atención y subraya la respuesta correcta de cada una de las preguntas.**

1.- Los alimentos industrializados ¿Son ricos en?

- a) Grasas saturadas.
- b) Azúcares simples.
- c) Sodio.
- d) Todas las anteriores

2.- Usted cree que consumir grasas buenas como nuez, almendra, cacahuete, ajonjolí ¿Contribuyen a disminuir el Sobrepeso?

- a) Si.
- b) No.

3.- El Calcio, zinc, Vit D ¿Son minerales que se necesitan en la Edad Adulto Mayor?

- a) Si.
- b) No.

4.- Alimentos que se deben de evitar consumir en Edad Adulto Mayor.

- a) Refresco.
- b) Pan.
- c) Galletas.
- d) Todas las anteriores.

5.- Al cambiar los Estilos de Vida ¿Usted mejoraría?

- a) La memoria.
- b) Circulación sanguínea.
- c) Articulaciones.
- d) Disminuir el peso corporal.
- e) Presentar Enfermedades Crónico Degenerativas.
- f) Todas las anteriores.



DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN  
ÁREA DE ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

ALIMENTACIÓN RECOMENDABLE EN EL ADULTO MAYOR  
EVALUACIÓN FINAL

NOMBRE:	Felipe Melendez Cruz
FECHA:	20 de Septiembre 2023
MUNICIPIO:	La Magdalena Tlaxtepec Tlax
PROGRAMA	Adultos mayores

Instrucciones: Lee con atención y subraya la respuesta correcta de cada una de las preguntas.

1.- Los alimentos industrializados ¿Son ricos en?

- e) Grasas saturadas.
- f) Azúcares simples.
- g) Sodio.
- h) Todas las anteriores.

2.- Usted cree que consumir grasas buenas como nuez, almendra, cacahuate, ajonjolí ¿Contribuyen a disminuir el Sobrepeso?

- c) Si.
- d) No.

3.- El Calcio, zinc, Vit D ¿Son minerales que se necesitan en la Edad Adulto Mayor?

- c) Si.
- d) No.

4.- Alimentos que se deben de evitar consumir en Edad Adulto Mayor.

- e) Refresco.
- f) Pan.
- g) Galletas.
- h) Todas las anteriores.

5.- Al cambiar los Estilos de Vida ¿Usted mejoraría?

- g) La memoria.
- h) Circulación sanguínea.
- i) Articulaciones.
- j) Disminuir el peso corporal.
- k) Presentar Enfermedades Crónico Degenerativas.
- l) Todas las anteriores.



**DIF**  
ESTATAL TLAXCALA

DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN  
ÁREA DE ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

ALIMENTACIÓN RECOMENDABLE EN EL ADULTO MAYOR  
EVALUACIÓN INICIAL

NOMBRE:	Elodia ricotencalt Bautista
FECHA:	20/10/2023
MUNICIPIO:	Magdalena Tlaltelulco
PROGRAMA	Discapacidad adultos mayores.

**Instrucciones: Lee con atención y subraya la respuesta correcta de cada una de las preguntas.**

1.- Los alimentos industrializados ¿Son ricos en?

- a) Grasas saturadas.
- b) Azúcares simples.
- c) Sodio.
- d) Todas las anteriores. ✓

2.- Usted cree que consumir grasas buenas como nuez, almendra, cacahuate, ajonjolí ¿Contribuyen a disminuir el Sobrepeso?

- a) Si. ✓
- b) No.

3.- El Calcio, zinc, Vit D ¿Son minerales que se necesitan en la Edad Adulto Mayor?

- a) Si. ✓
- b) No.

4.- Alimentos que se deben de evitar consumir en Edad Adulto Mayor.

- a) Refresco.
- b) Pan.
- c) Galletas.
- d) Todas las anteriores. ✓

5.- Al cambiar los Estilos de Vida ¿Usted mejoraría?

- a) La memoria. ✓
- b) Circulación sanguínea. ✓
- c) Articulaciones. ✓
- d) Disminuir el peso corporal. ✓
- e) Presentar Enfermedades Crónico Degenerativas.
- f) Todas las anteriores.



DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN  
ÁREA DE ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

ALIMENTACIÓN RECOMENDABLE EN EL ADULTO MAYOR  
EVALUACIÓN FINAL

NOMBRE:	Elodia Xicotencatl Bautista
FECHA:	20/10/2023
MUNICIPIO:	Magdalena Tlaxtecalco
PROGRAMA	Discapacidad adultos mayores

Instrucciones: Lee con atención y subraya la respuesta correcta de cada una de las preguntas.

1.- Los alimentos industrializados ¿Son ricos en?

- e) Grasas saturadas.
- f) Azúcares simples.
- g) Sodio.
- h) Todas las anteriores. ✓

2.- Usted cree que consumir grasas buenas como nuez, almendra, cacahuate, ajonjolí ¿Contribuyen a disminuir el Sobrepeso?

- c) Si. ✓
- d) No.

3.- El Calcio, zinc, Vit D ¿Son minerales que se necesitan en la Edad Adulto Mayor?

- c) Si. ✓
- d) No.

4.- Alimentos que se deben de evitar consumir en Edad Adulto Mayor.

- e) Refresco.
- f) Pan.
- g) Galletas.
- h) Todas las anteriores. ✓

5.- Al cambiar los Estilos de Vida ¿Usted mejoraría?

- g) La memoria. ✓
- h) Circulación sanguínea. ✓
- i) Articulaciones. ✓
- j) Disminuir el peso corporal. ✓
- k) Presentar Enfermedades Crónico Degenerativas.
- l) Todas las anteriores.



DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN  
ÁREA DE ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

ALIMENTACIÓN RECOMENDABLE EN EL ADULTO MAYOR  
EVALUACIÓN INICIAL

NOMBRE:	Mariliza George Sanchez
FECHA:	20 de septiembre 2023
MUNICIPIO:	La Magdalena Htatolulco
PROGRAMA	despensa para adultos mayores

Instrucciones: Lee con atención y subraya la respuesta correcta de cada una de las preguntas.

1.- Los alimentos industrializados ¿Son ricos en?

- a) Grasas saturadas.
- b) Azúcares simples.
- c) Sodio.
- d) Todas las anteriores.

2.- Usted cree que consumir grasas buenas como nuez, almendra, cacahuate, ajonjolí ¿Contribuyen a disminuir el Sobrepeso?

- a) Si.
- b) No.

3.- El Calcio, zinc, Vit D ¿Son minerales que se necesitan en la Edad Adulto Mayor?

- a) Si.
- b) No.

4.- Alimentos que se deben de evitar consumir en Edad Adulto Mayor.

- a) Refresco.
- b) Pan.
- c) Galletas.
- d) Todas las anteriores.

5.- Al cambiar los Estilos de Vida ¿Usted mejoraría?

- a) La memoria.
- b) Circulación sanguínea.
- c) Articulaciones.
- d) Disminuir el peso corporal.
- e) Presentar Enfermedades Crónico Degenerativas.
- f) Todas las anteriores.



DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN  
ÁREA DE ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

ALIMENTACIÓN RECOMENDABLE EN EL ADULTO MAYOR  
EVALUACIÓN FINAL

NOMBRE:	Martha George Sanchez
FECHA:	20 de septiembre 2023
MUNICIPIO:	San Magdalena Tlaxiaco
PROGRAMA	despensa adulto Mayor

Instrucciones: Lee con atención y subraya la respuesta correcta de cada una de las preguntas.

1.- Los alimentos industrializados ¿Son ricos en?

- e) Grasas saturadas.
- f) Azúcares simples.
- g) Sodio.
- h) Todas las anteriores.

2.- Usted cree que consumir grasas buenas como nuez, almendra, cacahuete, ajonjolí ¿Contribuyen a disminuir el Sobrepeso?

- c) Si.
- d) No.

3.- El Calcio, zinc, Vit D ¿Son minerales que se necesitan en la Edad Adulto Mayor?

- c) Si.
- d) No.

4.- Alimentos que se deben de evitar consumir en Edad Adulto Mayor.

- e) Refresco.
- f) Pan.
- g) Galletas.
- h) Todas las anteriores.

5.- Al cambiar los Estilos de Vida ¿Usted mejoraría?

- g) La memoria.
- h) Circulación sanguínea.
- i) Articulaciones.
- j) Disminuir el peso corporal.
- k) Presentar Enfermedades Crónico Degenerativas.
- l) Todas las anteriores.



DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN  
ÁREA DE ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

ALIMENTACIÓN RECOMENDABLE EN EL ADULTO MAYOR  
EVALUACIÓN INICIAL

NOMBRE:	Reina Jamara Esobar
FECHA:	20-Sep-2023
MUNICIPIO:	La Magdalena Tlatelulco.
PROGRAMA	Dispensa para adulto mayor.

Instrucciones: Lee con atención y subraya la respuesta correcta de cada una de las preguntas.

1.- Los alimentos industrializados ¿Son ricos en?

- a) Grasas saturadas.
- b) Azúcares simples.
- c) Sodio.
- d) Todas las anteriores.

2.- Usted cree que consumir grasas buenas como nuez, almendra, cacahuete, ajonjolí ¿Contribuyen a disminuir el Sobrepeso?

- a) Si.
- b) No.

3.- El Calcio, zinc, Vit D ¿Son minerales que se necesitan en la Edad Adulto Mayor?

- a) Si.
- b) No.

4.- Alimentos que se deben de evitar consumir en Edad Adulto Mayor.

- a) Refresco.
- b) Pan.
- c) Galletas.
- d) Todas las anteriores.

5.- Al cambiar los Estilos de Vida ¿Usted mejoraría?

- a) La memoria.
- b) Circulación sanguínea.
- c) Articulaciones.
- d) Disminuir el peso corporal.
- e) Presentar Enfermedades Crónico Degenerativas.
- f) Todas las anteriores.



**DIF**  
ESTATAL TLAXCALA

DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN  
ÁREA DE ORIENTACIÓN Y EDUCACIÓN ALIMENTARIA

ALIMENTACIÓN RECOMENDABLE EN EL ADULTO MAYOR  
EVALUACIÓN FINAL

NOMBRE:	Reina Zamora Escobar
FECHA:	20- Sep- 2023
MUNICIPIO:	La Magdalena
PROGRAMA	Despensa para adulto mayor.

**Instrucciones: Lee con atención y subraya la respuesta correcta de cada una de las preguntas.**

1.- Los alimentos industrializados ¿Son ricos en?

- e) Grasas saturadas.
- f) Azúcares simples.
- g) Sodio.
- h) Todas las anteriores.

2.- Usted cree que consumir grasas buenas como nuez, almendra, cacahuete, ajonjolí ¿Contribuyen a disminuir el Sobrepeso?

- c) Si.
- d) No.

3.- El Calcio, zinc, Vit D ¿Son minerales que se necesitan en la Edad Adulto Mayor?

- c) Si.
- d) No.

4.- Alimentos que se deben de evitar consumir en Edad Adulto Mayor.

- e) Refresco.
- f) Pan.
- g) Galletas.
- h) Todas las anteriores.

5.- Al cambiar los Estilos de Vida ¿Usted mejoraría?

- g) La memoria.
- h) Circulación sanguínea.
- i) Articulaciones.
- j) Disminuir el peso corporal.
- k) Presentar Enfermedades Crónico Degenerativas.
- l) Todas las anteriores.