



CARNET INTEGRAL DE LA SALUD

¿Qué es el Carnet Integral de la Salud?

El Carnet Integral de la Salud es un conjunto de valoraciones médicas nutriólogicas, psicológicas y físicas que te ayudan a conocer que tan sano estas y que necesitas para mejorar tu salud y poder desempeñarte con eficiencia en tus estudios.

El CIS es obligatorio para todos los estudiantes de nuevo ingreso que estudiarán en la ciudad de Chihuahua en la modalidad presencial.

Acude el día y hora que aparece en tu tira de materias, de lo contrario serás dado de baja.

¿Cómo realizar el CIS?

1

Paso 1:

La primer fecha que aparece en tu Tira de Materias es para que acudas al Laboratorio de Análisis Clínicos, ubicado en el Campus I enseguida de la Biblioteca Central (por la Avenida Universidad). Deberás presentarte con 12 HORAS DE AYUNO (no consumir alimentos, no chicles, ni dulces) a las 8:00 de la mañana. Aquí te harán un cuestionario y te tomarán una muestra de sangre para determinar tus niveles de colesterol, triglicéridos, glucosa y tipo de sangre.

Paso 2:

La segunda fecha que aparece en tu Tira de Materias es para las valoraciones médicas que realizan en el Centro de Atención Integral del Estudiante, ubicado a espaldas del Gimnasio Manuel Bernardo Aguirre. Aquí realizarás las siguientes acciones:

- 1-Toma de peso, medidas y signos vitales.
- 2-Test Psicométrico.
- 3-Valoración nutriólogica.
- 4-Valoración médica.
- 5- Valoración odontológica.
- 6- Valoración actividad física.
- 7-Entrega del Carnet Integral de la Salud.
- 8-Si requieres seguimiento en alguna de las áreas se te asignará una cita en el Departamento de Atención Integral al Estudiante (DAIE).

2

ORGULLO DE SER SALUDABLE!



Pon en tu celular una alarma que te recuerde estas dos fechas importantes.

Campus Universitario I
(A espaldas del Gimnasio
"Manuel Bernardo Aguirre")

Circuito interior 31110
Chihuahua, Chih. México.
www.uach.mx

Dirección Académica
Teléfono: 439.15.20 y 439 1500
Extensiones: 8011 y 8009

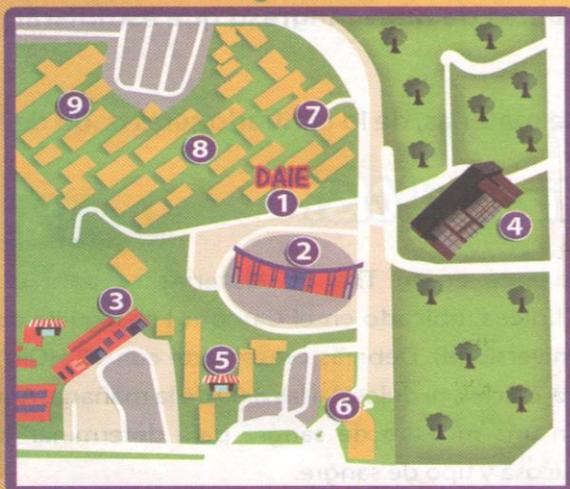
Ventajas de realizar el CIS

- 1.- Si completas tu valoración no serás dado de baja.
- 2.- Si acudes a tus análisis clínicos en tiempo y forma no se te generará un cargo extra.
- 3.- Descuentos en armazones, micas y aparatos auditivos.

- 4.- En caso de requerir atención médica, psicológica o nutricional la obtendrás sin costo alguno en el DAIE.
- 5.- Pláticas y talleres preventivos en las áreas médicas que seas susceptible de padecer.
- 6.- Asesoría en acondicionamiento físico personalizado.

Recuerda, al concluir con el CIS estarás completamente inscrito

Aquí estamos ubicados...



1. Centro de Atención Integral al Estudiante
2. Gimnasio Manuel Bernardo Aguirre
3. Biblioteca del SUBA y Laboratorio de análisis clínicos
4. Teatro de los Héroes
5. Facultad de Artes
6. Centro Cultural Bicentenario Carlos Montemayor
7. Instituto Confucio
8. Facultad de Odontología
9. Dirección Académica

Jefe del Departamento de Atención Integral al Estudiante
Dr. Jorge Perusquía Jasso

¡OJO!

Pide que se te imprimen las 2 hojas ya que en la segunda página es donde aparece la información del CIS.