



Colegio Mexicano de Especialistas en Ginecología y Obstetricia, A.C.



PROGRAMA MÓDULO DE ACTUALIZACIÓN 23 de marzo de 2024

“Hitos, mitos y ritos del control prenatal en el bajo riesgo obstétrico, de nutrición, actividad física y vacunas”

Profesora Titular: Dra. María Nallely Moreno Uribe

Profesores Adjuntos: Dr. Héctor Borboa Olivares
Dra. Ixel Lorena Ruiz Cabrera

Objetivo general:

- Comprender el impacto multidisciplinario en el embarazo de bajo riesgo, no solo para prevenir complicaciones sino para optimizar las estrategias de control prenatal.

Objetivos secundarios:

- Conocer los límites de ganancia ponderal, reconocer y realizar asesorías nutricionales básicas identificando la deficiencia de micro y macronutrientes.
- Impulsar las estrategias de activación física y las limitaciones funcionales en las diferentes etapas del embarazo, ofreciendo estrategias para la activación física.
- Identificar el esquema de vacunación en esta etapa de la vida de la mujer.


PROGRAMA

08:00 - 8:05 hrs. Introducción.
Dra. María Nallely Moreno Uribe

8:05 - 8:25 hrs. Impacto de la nutrición adecuada en la gestación
Dr. Héctor Borboa Olivares

8:25 - 8:50 hrs. Ganancia de peso adecuado durante el embarazo
Dra. Cinthya Guadalupe Muñoz Manrique

“Innovación y excelencia académica”

 Torre WTC Montecito # 38, Piso 29 Oficina 19, Col. Nápoles,
Alcaldía Benito Juárez, C.P. 03810, Ciudad de México.

 55 90 00 31 60  informacion@comego.org.mx

www.comego.org.mx

Consejo Directivo 2023-2024

Dr. Gilberto Tena Alavez
PRESIDENTE

Dr. Víctor Saúl Vital Reyes
VICEPRESIDENTE

Dra. Elsa Díaz López
PRIMER SECRETARIO PROPIETARIO

Dr. Juan Carlos López Jurado
TESORERO

Dr. Zigor Campos Goenaga
PRIMER SECRETARIO SUPLENTE

Dra. Rosa M. Sánchez Javier
SEGUNDO SECRETARIO PROPIETARIO

Dr. José Antonio Moreno Sánchez
SUBTESORERO

Dra. Nallely Moreno Uribe
SEGUNDO SECRETARIO SUPLENTE

Dra. Rosa María Arce Herrera
VOCAL DEL EJERCICIO PROFESIONAL

Dr. Sergio Rosales Ortíz
VOCAL DE EDUCACIÓN E INVESTIGACIÓN

Dra. Zarela Lizbeth Chinolla Arellano
VOCAL DE PROYECCIÓN COMUNITARIA

C.P. Eduardo Martínez Aguilar
DIRECTOR ADMINISTRATIVO



Colegio Mexicano de Especialistas en Ginecología y Obstetricia, A.C.



Consejo Directivo 2023-2024

Dr. Gilberto Tena Alavez
PRESIDENTE

Dr. Víctor Saúl Vital Reyes
VICEPRESIDENTE

Dra. Elsa Díaz López
PRIMER SECRETARIO PROPIETARIO

Dr. Juan Carlos López Jurado
TESORERO

Dr. Zigor Campos Goenaga
PRIMER SECRETARIO SUPLENTE

Dra. Rosa M. Sánchez Javier
SEGUNDO SECRETARIO PROPIETARIO

Dr. José Antonio Moreno Sánchez
SUBTESORERO

Dra. Nallely Moreno Uribe
SEGUNDO SECRETARIO SUPLENTE

Dra. Rosa María Arce Herrera
VOCAL DEL EJERCICIO PROFESIONAL

Dr. Sergio Rosales Ortíz
VOCAL DE EDUCACIÓN E INVESTIGACIÓN

Dra. Zarela Lizbeth Chinolla Arellano
VOCAL DE PROYECCIÓN COMUNITARIA

C.P. Eduardo Martínez Aguilar
DIRECTOR ADMINISTRATIVO

8:50 - 9:15 hrs. Evaluación sencilla de la alimentación durante la gestación

Dra. Ameyalli Mariana Rodríguez Cano

9:15 - 9:40 hrs. Estrategias de alimentación y suplementación para promover el crecimiento fetal óptimo

Dra. Otilia Perichart Perera

9:40 - 9:50 hrs Preguntas y respuestas
Todos los profesores

9:55 - 10:05 hrs **RECESO**

10:05 - 10:15 hrs. El papel del ejercicio en el embarazo ¿Qué hacemos habitualmente?

Dr. Roberto Hernández Ramos

10:15 - 10:35 hrs. Beneficios de la actividad física durante la gestación

Dr. Jaime Carrillo Chargoy

10:35 - 10:55 hrs. ¿Cómo seleccionar el mejor ejercicio durante el embarazo? Casos clínicos

Dr. Jaime Carrillo Chargoy

10:55 - 11:20 hrs. El beneficio de la higiene de columna y el estiramiento durante esta etapa

LFT. Citlali de Loera Castillo

11:20 - 11:45 hrs. Cuidemos esenciales del piso pélvico
LFT. Paulina Michell Uriarte Rivas

11:45 - 11:55 hrs. Preguntas.
Todos los profesores

“Innovación y excelencia académica”

 Torre WTC Montecito # 38, Piso 29 Oficina 19, Col. Nápoles,
Alcaldía Benito Juárez, C.P. 03810, Ciudad de México.

 55 90 00 31 60  informacion@comego.org.mx

www.comego.org.mx



Colegio Mexicano de Especialistas en Ginecología y Obstetricia, A.C.



Consejo Directivo 2023-2024

Dr. Gilberto Tena Alavez
PRESIDENTE

Dr. Víctor Saúl Vital Reyes
VICEPRESIDENTE

Dra. Elsa Díaz López
PRIMER SECRETARIO PROPIETARIO

Dr. Juan Carlos López Jurado
TESORERO

Dr. Zigor Campos Goenaga
PRIMER SECRETARIO SUPLENTE

Dra. Rosa M. Sánchez Javier
SEGUNDO SECRETARIO PROPIETARIO

Dr. José Antonio Moreno Sánchez
SUBTESORERO

Dra. Nallely Moreno Uribe
SEGUNDO SECRETARIO SUPLENTE

Dra. Rosa María Arce Herrera
VOCAL DEL EJERCICIO PROFESIONAL

Dr. Sergio Rosales Ortíz
VOCAL DE EDUCACIÓN E INVESTIGACIÓN

Dra. Zarela Lizbeth Chinolla Arellano
VOCAL DE PROYECCIÓN COMUNITARIA

C.P. Eduardo Martínez Aguilar
DIRECTOR ADMINISTRATIVO

11:55- 12:10 hrs. **RECESO**

12:10 -12:35 hrs. Vacunación efectiva durante la gestación
Dr. Carmen Espinosa Vargas

12:35 -13:00 hrs. Reconocimiento temprano de patologías
psiquiátricas durante la gestación
Dr. Jeremy Bernardo Cruz Islas

13:00 -13:25 hrs. ¿Cómo manejar la información? Si hay
malas noticias
Dr. Liliana Fernández Hernández


13:25 -13:50 hrs. Integrando el conocimiento ¿Cuál sería el
mejor esquema de control prenatal?
Dr. Ixel Lorena Ruiz Cabrera

13:50 -14:00 hrs. Preguntas
Todos los profesores

14:00 -14:05 hrs. Clausura
Dr. María Nallely Moreno Uribe

COMEGO^{MR}

“Innovación y excelencia académica”

 Torre WTC Montecito # 38, Piso 29 Oficina 19, Col. Nápoles,
Alcaldía Benito Juárez, C.P. 03810, Ciudad de México.

 55 90 00 31 60  informacion@comego.org.mx

www.comego.org.mx