



# Informe de actividades

## 2025



## Informe anual 2025

### Resumen

Fundación Astra ofrece un conjunto integrado y sinérgico de programas que abordan no solo el tratamiento de la enfermedad, sino también las raíces de la enfermedad. Por esta razón, los programas se llevan a cabo tanto en el entorno de cuidados intensivos como en el campo, los hogares y las comunidades. Los programas van desde el tratamiento de afecciones agudas hasta el manejo de enfermedades crónicas, educación sobre salud y nutrición, asesoramiento sobre salud mental y terapia de grupo.

Nuestros programas alcanzaron e impactaron **14,970 personas** de nuestro estado. Impactaron directamente la vida de **4,020** beneficiarios e indirectamente llegaron a **10,950** de las personas vulnerables en los municipios de La Paz y Los Cabos en 2025.

### Acerca de Fundación Astra

#### Nuestra misión

La misión de Fundación Astra es brindar servicios de salud aguda y preventiva a las poblaciones más vulnerables: niños, jóvenes en riesgo, madres, enfermos crónicos, ancianos y poblaciones en exclusión social.

## Nuestros Valores

Los valores de Fundación Astra son servir a la comunidad en su conjunto, con atención primaria de salud, al tiempo que honra e incorpora las costumbres, creencias, tradiciones y sabiduría cultural ancestral según corresponda.

## Nuestro Equipo

El equipo multidisciplinario de la organización representa muchos años de experiencia acumulada en los campos de la medicina, la nutrición y la psicología. Los programas están a cargo de un grupo de médicos, técnicos de emergencias médicas, enfermeras, nutricionistas, psicólogos, dentistas, acupunturistas y fisioterapeutas voluntarios, que trabajan en colaboración con nuestro equipo de atención médica internacional. En 2025, nuestro equipo base se fortaleció con la incorporación de dos pasantes en el área de Nutrición y dos pasantes en el área de Psicología, quienes contribuyeron activamente al desarrollo y ejecución de nuestros programas institucionales.

## Nuestros Beneficiarios

Nuestros programas atienden a una población de pacientes diversa y desproporcionadamente sin seguro, que soportan la mayor carga de enfermedad y trastornos sociales.

En nuestra clínica, damos la bienvenida a familias enteras; El paciente más joven tiene unos meses y el mayor 86. Se trata de familias que viven con inseguridad alimentaria, familias sin seguridad social ni seguro médico, madres solteras, ancianos frágiles con neumonía, pacientes con enfermedades crónicas, adolescentes con ansiedad, adultos con adicciones o niños con necesidades especiales, fiebre e infecciones digestivas.

Cuando nuestro trabajo nos lleva a comunidades marginadas en La Paz o Los Cabos, muchos de esos beneficiarios son indígenas o migrantes que trabajan en la agricultura, el turismo, la hospitalidad y la construcción. Son impulsados por la pobreza y la violencia de los estados continentales de Chiapas, Guerrero, Sinaloa y Michoacán. Algunos de ellos viven en casas de cartón en asentamientos informales sin agua ni electricidad, pero también son decididos, trabajadores e inspiradores en su resiliencia y visión del mundo.



## Logros destacados

**14,970 beneficiarios**, con 4,020 beneficiarios directos y 10,950 indirectos

**1.073** consultas para 300 pacientes en la clínica

**335** beneficiarios directos mensuales en promedio, a través de sus distintos programas y acciones comunitarias.

**1,310** personas, de las cuales el **64%** fueron niñas, niños y adolescentes, participaron en talleres y actividades educativas orientadas a la promoción de una alimentación saludable basada en productos locales y en la adopción de estilos de vida saludables.

Brindamos servicios en **26 colonias de los municipios de La Paz y Los Cabos**, ampliando nuestra cobertura territorial en comunidades en situación de vulnerabilidad.

Asimismo :

- **590** niños y sus familias asistieron a ferias de salud.
- **429** personas adultas y **206** niñas y niños recibieron atención primaria, medicamentos o suplementación vitamínica durante jornadas comunitarias en campo.
- **167** familias en situación de inseguridad alimentaria recibieron despensas de emergencia, beneficiando en total a **688** integrantes del núcleo familiar.

Concluimos la primera etapa del proyecto en colaboración con el Municipio de La Paz, alcanzando **1,900 beneficiarios directos en un periodo de 15 meses**, consolidando así una intervención sostenida y de impacto comunitario.

Adicionalmente, se realizó la **entrega de útiles escolares y prendas de vestir a 440 niñas, niños y personas adultas** que habitan en comunidades con acceso limitado a recursos.

En el ámbito de comunicación y educación digital, se desarrollaron y publicaron **76 contenidos informativos en materia de nutrición** en la página oficial de Facebook de Fundación Astra, los cuales generaron **21,438 visualizaciones y 11,698 interacciones**, fortaleciendo nuestra estrategia de sensibilización y alcance comunitario.

**35** clases de manualidades para 36 niños y mujeres en la clínica

**12** talleres de desarrollo emocional para 15 niños en la clínica

## Nuestra clínica comunitaria

Nuestra clínica comunitaria ofrece un modelo único de atención primaria aguda y preventiva a la población de La Paz y más específicamente a las 6000 personas más que viven en nuestra comunidad de El Centenario. Nuestros servicios de salud incluyen medicina general, asesoramiento nutricional, psicología, odontología, acupuntura y fisioterapia. Nuestra clínica también ofrece talleres y manualidades para adultos y niños y eventos especiales para niños.

En 2025, nuestra clínica comunitaria se amplió con dos nuevas consultas para atender a niños que necesitaban apoyo psicológico y a sus padres.

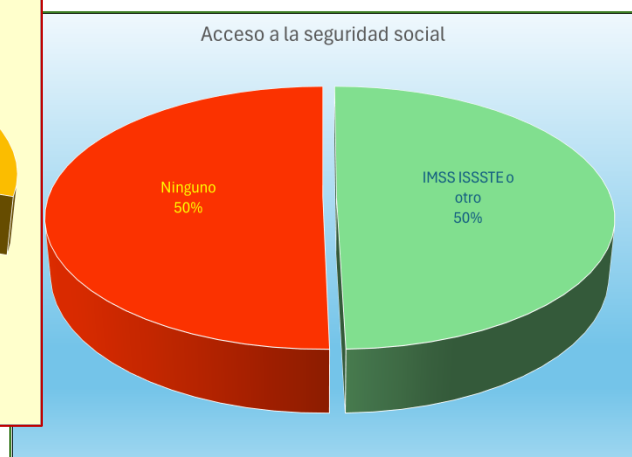
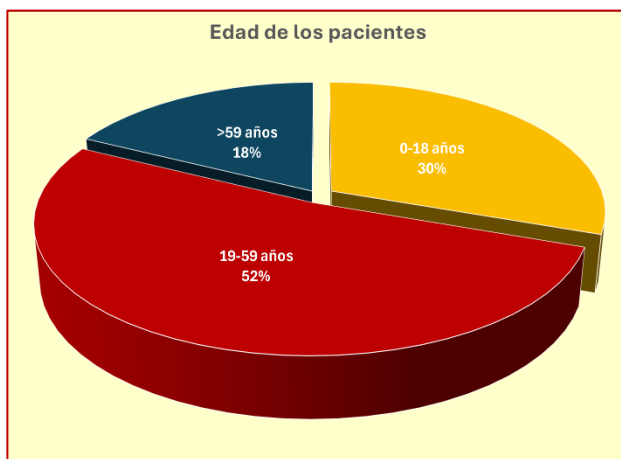
En el año 2025, 1038 personas acudieron a la clínica, ya fuera para recibir servicios médicos, asistir a talleres o clases de salud, obtener alimentos o medicamentos de emergencia, o participar en alguno de nuestros eventos especiales.

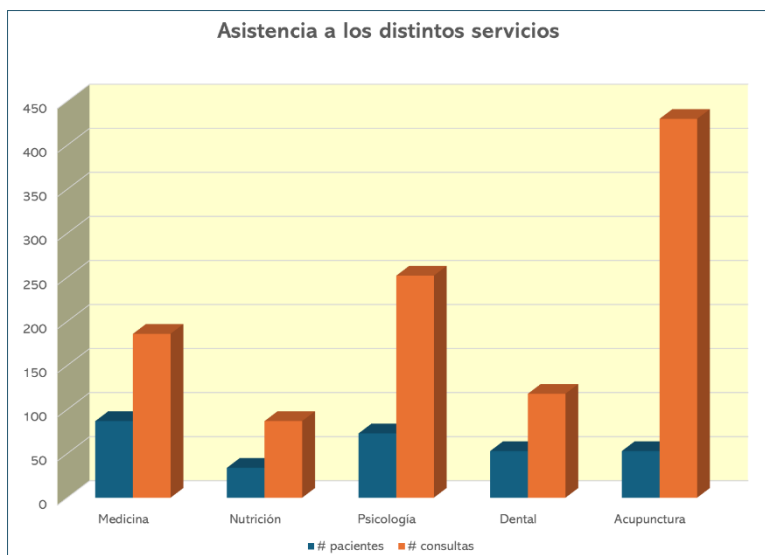


### Servicios de salud integral

La clínica prestó servicios de salud a 439 pacientes individuales. 300 pacientes se beneficiaron de nuestros servicios de atención integral, con un total de 1073 consultas con diversos especialistas, mientras que otros 139 pacientes recibieron servicios de apoyo como el surtido de recetas y el suministro de productos de primera necesidad como pañales, mascarillas protectoras, desinfectante, gasas y guantes y vitaminas.

El 30% de los pacientes son menores y el 17%, son ancianos mayores de 60 años. La mitad de nuestros pacientes no tiene un seguro médico.





Nuestro servicio de **acupuntura** es muy solicitado. Los tratamientos de acupuntura están completamente alineados con el enfoque integral a la salud, que es parte de la misión de la Fundación.

La variedad de padecimientos en los que puede ayudar incluye: dolores crónicos, trastornos psicológicos, alergias y problemas respiratorios, problemas de digestión y más.

Además, es un complemento terapéutico ideal para nuestros servicios generales de medicina, psicología y nutrición.

### Talleres infantiles: los sábados:

La Fundación Astra ha desarrollado una alianza con UNIPAZ para que los estudiantes de psicología realicen sus prácticas en la clínica de pasantes. En 2025, 2 estudiantes de tercer año están en la clínica para desarrollar e implementar una serie de talleres para los niños, para que gradualmente, con juegos, debates, películas y actividades, aprendan a navegar por el reino de las emociones. 15 niños de 5 a 12 años realizan las tareas de estos talleres semanales. Estas actividades y escenarios están diseñados para brindar a niñas y niños herramientas que les permitan identificar soluciones y desarrollar estrategias para afrontar momentos difíciles, fomentar el respeto hacia los demás y fortalecer la empatía como competencia socioemocional fundamental para su desarrollo integral.

### Manualidad

Una vez a la semana, la clínica se transforma en una clase de manualidades después de la escuela para los niños de la comunidad. En este espacio, niñas y niños se expresan a través del arte, participando en un entorno que promueve la convivencia, el sentido de comunidad y la ayuda mutua.

Las clases tienen como objetivo desarrollar habilidades manuales para producir hermosas artesanías para llevar a casa y generar orgullo. El trabajo que producen está relacionado con la cultura y los eventos de la temporada, ayudados por algunas madres y nuestro especialista en artesanía. Las actividades están diseñadas para dar a los niños un sentido de sus propias habilidades y, al hacerlo, aumentar su confianza en sí mismos y su autoestima. 26 niños de 6 a 12 años participan en las clases semanales de manualidades.



Fundación Astra inició un taller semanal de costura dirigido a mujeres de la comunidad, concebido como un espacio de encuentro, aprendizaje y fortalecimiento mutuo. En este entorno, las participantes comparten sus conocimientos, intercambian habilidades y se brindan apoyo entre sí, promoviendo la colaboración y el desarrollo personal.

El taller representa también un espacio seguro y libre de presiones, donde pueden participar en una actividad productiva y creativa que favorece su bienestar emocional. Muchas de las mujeres de esta comunidad enfrentan una alta carga de responsabilidades domésticas y presión económica; por ello, este espacio de interacción positiva entre pares contribuye significativamente a su estabilidad y contención emocional.

Actualmente, nueve mujeres forman parte de este taller semanal.



#### **Ayuda alimentaria de emergencia:**

En colaboración con la Fundación Dr. Simi, la Fundación Astra distribuyó bolsas de alimentos a familias que viven con inseguridad alimentaria en El Centenario. Este año distribuimos bolsas de alimentos a 167 familias que viven con inseguridad alimentaria y proporcionamos alimentos a 668 personas. Las familias que reciben las bolsas de alimentos son identificadas por el DIF de El Centenario. Las bolsas de alimentos contienen alimentos básicos no perecederos: arroz, frijoles, lentejas, aceite, pasta con leche, harina de maíz y verduras en latas.

## Ferias de salud

Fundación Astra organizó eventos en su clínica dedicados a mejorar la salud de los niños

### Feria de nutrición

196 niños entre 3 y 15 años y tantos padres participaron en diversas actividades y juegos relacionados con la nutrición. Se instalaron seis puestos con el objetivo de limitar la cantidad de azúcar que consumen los niños, promover una alimentación saludable y desarrollar el gusto por alimentos y bebidas saludables y sabrosos.

Durante estos eventos, se han implementado dinámicas como: ¿Cuánta azúcar tiene mi bebida?: Visualización física del azúcar en refrescos comunes. Boliche de la azúcar: Actividad física para derribar mitos sobre productos procesados. Organiza mi plato: Uso del esquema "Plato Pateño de mi Futuro" para construir comidas balanceadas.

Estos eventos nos brindan la oportunidad de ofrecer alternativas alimenticias saludables para los niños. Ensalada de frutas locales, agua de jamaica, yogur natural. Nuestro nutricionista preparó un propuesta y demostración de snacks saludables y de bajo costo, utilizando alimentos accesibles y locales.



### Mini Clase de Primeros Auxilios

Fieles a nuestra misión de colocar el bienestar de la niñez en el centro de nuestras acciones, en el mes de mayo realizamos una Jornada de Primeros Auxilios dirigida a la comunidad, con la participación de **56 niñas y niños y 33 madres y padres de familia**.

Durante esta actividad, incluso los participantes de menor edad aprendieron de manera dinámica y participativa habilidades básicas para salvar vidas, así como los pasos adecuados para contactar a los servicios de emergencia. Asimismo, se abordó la identificación y prevención de riesgos asociados con especies locales potencialmente peligrosas, como alacranes y arañas, mediante material didáctico facilitado en préstamo por el Jardín Botánico de Guayaquil.

Agradecemos especialmente la colaboración de los Bomberos Voluntarios de El Centenario y de estudiantes del programa Capacitación Profesional en Seguridad y Emergencias, quienes se sumaron a esta iniciativa comunitaria.

Este tipo de acciones formativas refuerzan conocimientos esenciales que permiten a personas de todas las edades responder de manera oportuna y adecuada ante situaciones que ponen en riesgo la vida, fortaleciendo así la cultura de prevención en la comunidad.

#### **Teatro Pedagógico:**

Con motivo de la posada dirigida a las niñas y niños de la comunidad, Fundación Astra organizó una puesta en escena teatral con enfoque educativo, orientada a promover elecciones alimentarias saludables de manera didáctica y accesible. La obra "Las opciones de Juanita", donde los personajes que representan alimentos saludables y ultra procesados compiten por el favor de una niña, permitiendo a los espectadores reflexionar sobre las consecuencias de sus decisiones dietéticas.

La puesta en escena contó con la asistencia de **68 niñas y niños y 29 madres y padres de familia**, fortaleciendo así la participación comunitaria en actividades formativas y recreativas.



## Nutrición: Promoción de una Alimentación Saludable

Bajo la dirección de la Fundación Astra, el programa "Soy Local" es una iniciativa estratégica para abordar la crisis de malnutrición dual que afecta al territorio, vinculando la riqueza de los recursos marinos y agrícolas de la península con la necesidad imperativa de transformar los hábitos de consumo de una población que atraviesa una transición epidemiológica crítica.

El programa no solo aborda la nutrición desde una perspectiva clínica, sino como un proceso de empoderamiento que permite a los ciudadanos navegar las complejidades de un sistema alimentario globalizado que a menudo privilegia la conveniencia sobre la calidad.

Bajo el marco de "Ciudad del Aprendizaje", el programa "Soy Local" de Fundación Astra se ha consolidado como una plataforma de educación nutricional no formal con un enfoque de información y empoderamiento.

El objetivo es promover el consumo de productos locales para mejorar los hábitos alimenticios de la población y con ello, mejorar la salud y el bienestar de todos. mejorar la salud y el bienestar de los habitantes del municipio de La Paz. Promover el consumo de productos locales con el objetivo

Las acciones se han diversificado en talleres comunitarios, ferias de salud integral e intervenciones escolares, logrando una cobertura desde el centro urbano hasta las comunidades costeras y rurales más aisladas, alcanzando directamente a más de 1900 habitantes del municipio de La Paz BCS.



## Celebración del Día Mundial de la Alimentación el 16 de octubre

En el Jardín de Niños Guayacura de El Centenario, se celebró el Día Mundial de la Alimentación con actividades que vinculan la imaginación y la diversión con el consumo de vegetales. Los niños crearon sombreros y disfraces de frutas y verduras, participando en un desfile donde los nutricionistas informaban de los beneficios de cada alimento según su color y origen.



Esta pedagogía lúdica permite que los niños actúen como "agentes de cambio" dentro de sus hogares. Al familiarizarse con productos locales como la pitahaya o el mango criollo, los menores influyen en la lista de compras de sus padres, reduciendo la resistencia a probar alimentos naturales frente a los productos ultraprocesados altamente publicitados

**65 niños participaron en la celebración.**

### Creciendo con salud integral

El modelo de ferias de salud representa una sinergia institucional sin precedentes en el municipio. Bajo el liderazgo de Unipaz y Cerca, con el apoyo de mas 20 instituciones, estas ferias ofrecen un enfoque integrado que aborda desde la salud física hasta la mental.

El objetivo de Fundación Astra en estas ferias es proporcionar a los niños una visión clara de lo que significan sus elecciones alimentarias: desde el lugar de origen del producto hasta cómo los alimentos influyen en su estado de ánimo, niveles de energía y crecimiento.

Fundación Astra participó en tres ferias en 2025. El objetivo es darles a los niños una idea de lo que significa que son nuestras elecciones alimentarias. Desde el lugar de origen de los alimentos que comemos, hasta el impacto que estos tienen en nuestro estado de ánimo el efecto

en nuestro nivel de energía o mal humor. También cómo nuestros cinco sentidos contribuyen a nuestra experiencia alimentaria, el impacto de los alimentos en nuestro crecimiento, la capacidad que tenemos para identificar alimentos saludables o menos saludables, y qué alimentos conforman una dieta saludable.

**188 niños y sus familias participaron en nuestras actividades.**



**Talleres**

**Para niños en las escuelas**

**Estrategias de Educación Nutricional Temprana**

Uno de los pilares más robustos del programa es la intervención en la etapa preescolar y primaria. La evidencia científica sugiere que los hábitos alimentarios se consolidan en los primeros años de vida, y es en este periodo donde la educación del gusto tiene un impacto preventivo más eficaz contra la obesidad y la diabetes. Sin embargo, las investigaciones han demostrado que solo el 20 % de los niños mexicanos consumen la cantidad diaria recomendada de verduras y el 40 % consumen la cantidad diaria recomendada de frutas.

Objetivo y actividades:

Promover hábitos saludables y consumo local en niños mediante dinámicas lúdicas y educación visual. Las actividades a la edad de los participantes.

Los talleres se desarrollaron mediante:

- Dinámicas participativa
- Juegos didácticos
- Uso de material visual
- Explicación práctica sobre el plato paceño de mi y futuro, basado en el plato del bien comer modificandolo por el SMAE.



### Importancia de la educación nutricional temprana

La etapa preescolar es un periodo clave para la formación de hábitos alimentarios, ya que en estos años los niños comienzan a desarrollar preferencias, rutinas y conductas que pueden mantenerse a lo largo de la vida. Por ello, es fundamental prevenir enfermedades crónicas como obesidad, diabetes e hipertensión en etapas posteriores, es especial si ya hay antecedentes de estos padecimientos en su familia y/o la comunidad, ya que no solo cuenta la parte genética sino más bien el estilo de vida que se enseña a seguir

El taller “El Plato Paceño de mi Futuro” integra alimentos locales de Baja California Sur fortaleciendo la identidad cultural, promoviendo así el consumo de alimentos frescos y de temporada, favoreciendo la economía local, y esto a su vez facilita que las familias adopten los hábitos enseñados, creen nuevas formas preparaciones para sus platillos favoritos o simplemente agregan otros ingredientes para hacerlos más completos y así no eliminarlos, ya que estos como se mencionó anteriormente también forman parte de la cultura.

El uso de imágenes, dinámicas y participación activa permite que los niños comprendan mejor los conceptos, se mantengan motivados y relacionan la alimentación saludable con experiencias positivas, aprendan sin memorizar, sino experimentando.

Los niños actúan como agentes de cambio dentro del hogar, ya que comparten lo aprendido con sus familias, influyendo en la elección de alimentos, es una etapa donde se animan a participar en la preparación de comidas y son más receptivos a probar un mayor consumo de frutas, verduras y alimentos naturales.

Es una estrategia educativa de gran relevancia en nivel preescolar, ya que combina nutrición, cultura local y aprendizaje lúdico, sentando las bases para una alimentación saludable y consciente que puede perdurar durante toda la vida, previniendo la desnutrición y desarrollo de enfermedades crónicas.

### **En las colonias**

La labor de Fundación Astra en las colonias periféricas de La Paz responde a una necesidad crítica de llevar la información en salud a los más vulnerables. Nuestra intervención no ocurre de forma aislada, sino que se integra orgánicamente en la estructura social de los Comités Comunitarios y el padrón de beneficiarios del Banco de Alimentos (BAMEX).

#### Ejes de la Intervención Comunitaria

##### **A. Revalorización del Entorno: El Plato del Buen Comer Paceño**

A diferencia de los modelos educativos convencionales, nuestra exposición se centra en el "plato local". Explicamos la distribución correcta de alimentos utilizando productos que los beneficiarios reconocen y pueden conseguir en su zona.

##### **B. Desmitificación de los Ultraprocesados: Azúcar en las Bebidas**

Uno de los puntos con mayor impacto en las familias es la demostración visual sobre el consumo de bebidas azucaradas.

#### Voces de la Comunidad y Repercusiones

La respuesta en colonias como Vista Hermosa, El Centenario y Laguna Azul ha sido reveladora. Las madres de familia coinciden en que "es bueno tener esta información a la mano", destacando que muchas veces el consumo de productos dañinos se debe a la falta de opciones visuales y claras sobre sus efectos. Muchas colonias sufren de acceso a alimentos y por igual sus factores económicos se limitan a lo que pueden acceder ocasionando una dieta deficiente.

El Comité de Vista Hermosa ha sido enfático en la necesidad de expansión:

"Consideramos que el trabajo de Fundación Astra es fundamental. Nos enseñan a comer con lo que tenemos y nos abren los ojos. Queremos que esto no se detenga aquí; la comunidad necesita aprender sobre más temas de salud para proteger a nuestras familias."

La sinergia entre el apoyo alimentario de BAMEX y la educación nutricional de Fundación Astra crea un círculo virtuoso de bienestar. Continuar con estas capacitaciones en las colonias es nuestra mejor apuesta para reducir las disparidades de salud y asegurar que cada familia paiseña tenga la capacidad de decidir sobre su futuro nutricional.



### La Importancia de la Capacitación Continua

Es imperativo que este tipo de programa no sea un evento único. La persistencia en el compartir la información es necesaria por las siguientes razones:

- \* Refuerzo de Hábitos: El cambio de hábitos alimentarios requiere repetición y acompañamiento constante para no retroceder ante la publicidad de chatarra.
- \* Nuevos Desafíos de Salud: La comunidad solicita temas complementarios (prevención de diabetes, salud infantil, manejo de alimentos), lo que indica una población ávida de conocimiento.

\* Fortalecimiento del Tejido Social: Estas reuniones educativas fortalecen la organización de los comités, creando redes de apoyo donde el conocimiento se comparte de vecino a vecino.

## Capacitación

La sostenibilidad del programa "Soy Local" depende de su capacidad para generar liderazgo comunitario. El proyecto de Promotores de la Buena Alimentación capacita a ciudadanos para que se conviertan en embajadores de la salud en sus barrios. Esta iniciativa aborda la crisis de malnutrición dual mediante la formación técnica en cinco pilares fundamentales: dieta sostenible, relación entre alimentación y enfermedades crónicas, tradición culinaria, gestión operativa y lanzamiento de campañas piloto.

El objetivo fundamental de la capacitación es dotar a los instructores del programa *Impulso* de conocimiento, herramientas prácticas y la motivación necesaria para promover la salud dietética en sus comunidades. Esto implica una doble meta: primero, definir y promover alimentos nutritivos, especialmente aquellos de producción local (frutas y verduras), y segundo, concientizar sobre los alimentos que enferman, como los ultraprocesados, y sus excesos de azúcar, sal, grasa y calorías.

En total, **31 personas adultas fueron capacitadas** para fungir como agentes multiplicadores en la promoción de hábitos de alimentación saludable dentro de sus propias comunidades.

**Asimismo, 1,310 niñas, niños, adolescentes y personas adultas participaron en las distintas actividades y acciones formativas en materia de nutrición desarrolladas por la Fundación, ampliando el alcance comunitario de esta línea estratégica.**



## Desarrollo de materiales educativos e informativos.

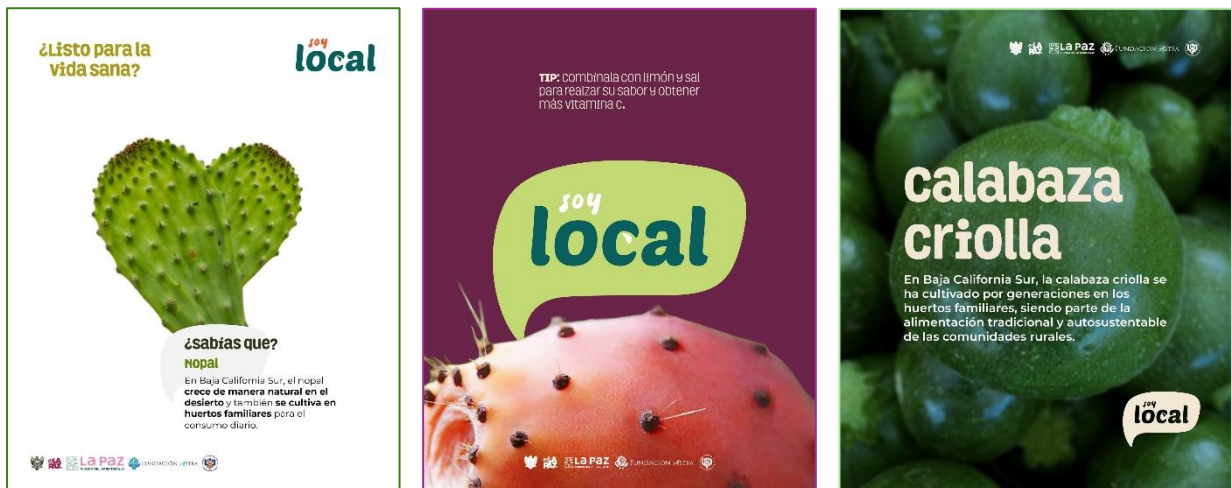
### Informaciones digitales

Publicaciones en paginas Facebook y Instagram

Se colaboró en la **elaboración y difusión de contenido informativo en la las redes sociales** de la fundación, con el fin de promover los productos locales (aprender, sabías que, consumo responsable y como comerlo), la educación nutricional y hábitos saludables en la población, poniendo al alcance de aquellos que siguen la pagina esta información valiosa.

Las publicaciones incluyeron:

- Infografías y videos
- Recomendaciones nutricionales
- Refranes y mensajes educativos
- Tips de alimentación saludable
- Información sobre consumo local y responsable y economía familiar



El contenido fue diseñado con lenguaje sencillo y visualmente atractivo para facilitar su comprensión y alcance en la comunidad, fomentando la interacción y el interés del público.

En la pagina Facebook: : <https://www.facebook.com/astrafundacion>

Publicacion	Visista	Alcance	Reacción	Comentario	Compartir
76	21439	11698	457	12	100

### Desarrollo de material educativo e informativo

Menú semanal paceño: La elaboración del menú Paceño permitió integrar la cultura alimentaria local con principios de nutrición saludable, contribuyendo a la educación alimentaria de la comunidad y fomentando elecciones más conscientes y accesibles en la vida diaria.

El "Plato Paceño de mi Futuro": El enfoque principal fue relacionar la alimentación saludable con la identidad local, reforzando la importancia de consumir productos regionales y de temporada.

Calendario de las temporadas de los alimentos locales : Un calendario anual que informa sobre los alimentos de temporada, y aquellos para los cuales existen períodos de veda. Este calendario alienta a comer alimentos frescos, locales y de temporada.

La lotería de los alimentos paceños : Un juego de lotería con 9 tablas de alimentos locales para que los jugadores se familiaricen con lo que se produce en la zona. El juego se juega con acertijos asociados a cada alimento, para animar a los participantes a conocer mejor sus alimentos.

Folletos informativos : También hemos desarrollado y distribuido una serie de trípticos informativos que abordan las temáticas de salud en relación con los hábitos alimenticios, ofreciendo consejos sencillos y prácticos. sobre la diabetes, la hipertensión, un estilo de vida saludable y guías para una alimentación sana y local en caso de enfermedades crónicas.





## Difusión

La Fundación Astra opera una serie general de programas integrados para brindar servicios de atención médica aguda y preventiva dentro de vecindarios de alta vulnerabilidad social donde las intervenciones tempranas rara vez están disponibles. Las actividades de divulgación se dirigen a las comunidades periurbanas y rurales de los municipios de La Paz y Los Cabos, en zonas a veces privadas de las necesidades más básicas, como el agua corriente, la electricidad, el alcantarillado o la recogida de residuos.

El objetivo es mejorar los resultados de salud y la calidad de vida en las comunidades marginadas mediante la prestación directa de servicios y campañas de promoción de la salud para educar sobre enfermedades crónicas, nutrición y salud mental.

### Atención primaria de salud:

Objetivo: llevar la atención primaria de salud a las poblaciones que no pueden acceder a la clínica fija.

Dichas campañas minimizan los inconvenientes para el paciente derivados de los gastos de viaje, los largos tiempos de espera y la demora en la atención, lo que resulta en la pérdida de salarios y productividad. Durante esas campañas, proporcionamos detección, tratamiento o derivaciones a 635 pacientes en 8 comunidades vulnerables.

### Talleres de Salud Mental

Objetivo: Ayudar a jóvenes y mujeres en riesgo a estimular los recursos de sanación interior para promover la salud y el bienestar general.



Con el acompañamiento del Centro de Integración Juvenil de La Paz, organizamos talleres dirigidos a mujeres de la comunidad, orientados a promover la armonía y el bienestar en el entorno familiar, así como a identificar los factores que detonan tensiones y situaciones de estrés dentro del hogar.

Estos espacios formativos favorecieron la reflexión, el fortalecimiento de habilidades socioemocionales y la construcción de dinámicas familiares más saludables.

Con los jóvenes, trabajamos el manejo de las emociones y el autoconocimiento. Las diferentes actividades destinadas a desarrollar el autocontrol, ganar autoestima y el respeto de los demás.

**94 personas adultas y adolescentes** participaron en las distintas actividades desarrolladas, fortaleciendo el alcance e impacto de las acciones formativas implementadas.

### Distribución de suministros básicos

Derivado de su amplia experiencia en el área y de su conocimiento cercano de los grupos locales con mayores necesidades, particularmente en favor de la niñez, Fundación Astra funge como intermediaria en la recepción y distribución de donativos, tales como útiles escolares, mochilas, ropa, equipamiento deportivo y artículos de higiene personal, destinados a familias en situación de vulnerabilidad.

Durante el presente año, se distribuyeron donaciones altruista en beneficio de más de **440 niñas y niños** que habitan en colonias periurbanas de Cabo San Lucas y La Paz, contribuyendo a mejorar sus condiciones básicas de bienestar y acceso a recursos esenciales.



## Nuestros socios

En 2025, Fundación Astra se asoció con:

- Alianza para la seguridad alimentaria
- Los Cabos Children Foundation
- UNESCO, La Paz ciudad del aprendizaje y el ayuntamiento de La Paz
- UNIPAZ
- Fundación Dr Simi
- Vitamin Angels and Direct Relief International
- Yacht Aid Global
- CEMEFI
- DIF en varias colonias
- Club Rotario Balandra y Club Rotario Half Moon Bay.
- Los bomberos voluntarios El Centenario
- CAPSE, Capacitación Profesional en Seguridad y Emergencias
- El Jardín Etnobiológico de Baja California Sur Guyiaqui



## Objetivos para 2026

- Llegar a 5.000 beneficiarios directos al año
- Aumentar el espectro de especialidades médicas disponibles en nuestra clínica comunitaria.
- Proporcionar paquetes de salud integrados para niños en programas de comedores comunitarios con atención médica, apoyo y talleres de salud mental, apoyo y talleres nutricionales, distribución de alimentos.
- Tamizaje, detección precoz y educación para la prevención de enfermedades crónicas en comunidades marginadas.
- Seguir con la campaña de la UNESCO para promover el consumo de productos locales saludables y capacitar embajadores de la nutrición para promover la salud en las comunidades marginadas.
- Campañas de higiene bucal en comunidades en situación de marginación, orientadas a la prevención de enfermedades dentales y a la promoción de hábitos adecuados de cuidado oral.
- Promoción del bienestar mental y la cultura de la empatía en entornos escolares, mediante acciones formativas que fortalecen las habilidades socioemocionales y la convivencia respetuosa.

