

# Explorando el Diagnóstico de Salud Comunitario:

## Nutrición y Prácticas Alimentarias Integradas

*Ciencias de la Salud | Nutrición y salud | Aprendizaje Basado en Investigación*

### Descripción

Este plan de clase está diseñado para que los estudiantes universitarios de la asignatura de Nutrición y Salud desarrollen una comprensión integral del diagnóstico de salud comunitario, enfatizando la relación directa entre las prácticas alimentarias y los problemas de salud prevalentes en su entorno. A través de un enfoque activo basado en la metodología Aprendizaje Basado en Investigación (ABI), los estudiantes investigarán de manera crítica y científica cómo factores nutricionales impactan la salud colectiva, ampliando su perspectiva más allá del individuo.

El propósito es que los estudiantes no solo identifiquen problemas de salud, sino que comprendan su complejidad y articulen soluciones que integren hábitos alimentarios. Este conocimiento es fundamental para su futura labor profesional, ya que les permitirá intervenir de manera efectiva en comunidades, promoviendo estrategias de salud pública nutricional con una visión holística y basada en evidencia.

La relevancia de este tema se refleja en la creciente necesidad de abordar problemas de salud pública desde una perspectiva interdisciplinaria, donde la nutrición juega un rol clave. Al vincular teoría y práctica, los estudiantes podrán conectar lo aprendido con contextos reales y actuales, fortaleciendo su compromiso y competencias para generar cambios positivos en su comunidad.

### Objetivos de Aprendizaje

- Analizar los principales problemas de salud comunitaria relacionados con prácticas alimentarias.
- Identificar y describir factores nutricionales que contribuyen a problemas de salud en contextos comunitarios.
- Diseñar preguntas de investigación pertinentes para diagnosticar problemas de salud comunitaria desde la perspectiva nutricional.
- Interpretar datos relevantes para articular el vínculo entre alimentación y salud comunitaria.
- Reflexionar críticamente sobre la importancia de un diagnóstico amplio que integre factores alimentarios en la planificación de intervenciones de salud.

### Recursos Necesarios

- Pizarra y marcadores o pizarrón digital
- Proyector y computadora con acceso a internet
- Acceso a bases de datos científicas (ej. PubMed, Scielo) y documentos oficiales de salud pública
- Hojas de trabajo con preguntas guía para la investigación

- Material impreso: resumen breve de estadísticas locales de salud comunitaria y hábitos alimentarios
- Formularios para registro de observaciones y análisis de datos
- Aplicación o plataforma colaborativa en línea (ej. Google Docs) para trabajo grupal en tiempo real
- Reloj o cronómetro para control de tiempos

## Requisitos Previos

- Conocimientos básicos de nutrición y salud pública adquiridos en cursos previos.
- Habilidades en búsqueda y análisis de información científica.
- Experiencia previa en trabajo colaborativo y discusión académica.
- Familiaridad con conceptos elementales de epidemiología y diagnóstico comunitario.

## Actividades

### Fase de Inicio

**Tiempo estimado: 10 minutos**

#### Propósito de la sesión:

El docente explica que la sesión busca que los estudiantes comprendan cómo identificar problemas de salud en comunidades desde una perspectiva amplia, integrando la nutrición y las prácticas alimentarias, para fomentar intervenciones efectivas basadas en evidencia.

#### Activación de conocimientos previos:

**Docente:** "Para comenzar, les planteo esta pregunta: ¿Cuáles creen que son los problemas de salud más comunes en nuestra comunidad vinculados a la alimentación? Piensen en ejemplos concretos y breves."

**Estudiantes:** En plenaria, comparten 2-3 ejemplos cada uno, el docente anota respuestas en la pizarra o en el pizarrón digital, resaltando las conexiones con la nutrición.

#### Motivación y enganche:

**Docente:** "Sabían que según la Organización Mundial de la Salud, más del 40% de las enfermedades crónicas están relacionadas directamente con hábitos alimentarios inadecuados? Hoy exploraremos cómo diagnosticar estos problemas desde la comunidad para poder intervenir mejor."

#### Contextualización:

**Docente:** "Ustedes como futuros profesionales de nutrición, estarán en la primera línea para detectar y proponer soluciones a estas problemáticas que impactan la calidad de vida de las personas en su entorno. Por eso es vital aprender a hacer un diagnóstico amplio y efectivo."

**Estudiantes:** Escuchan, reflexionan y se preparan para la fase de desarrollo con expectativa.

## **Fase de Desarrollo**

**Tiempo estimado: 40 minutos**

### **Presentación del contenido:**

**Docente:** Introduce brevemente los conceptos clave del diagnóstico de salud comunitario y su relación con la nutrición, planteando una pregunta de investigación: "¿Cómo podemos identificar desde un diagnóstico las prácticas alimentarias que afectan la salud de una comunidad?"

### **Actividad 1: Formulación de preguntas de investigación**

- **Objetivo:** Diseñar preguntas de investigación relevantes para identificar problemas nutricionales en la comunidad.
- **Instrucciones:**
  - El docente divide a los estudiantes en grupos de 3-4 personas.
  - Cada grupo recibe un breve resumen con datos estadísticos locales sobre salud y alimentación.
  - Los estudiantes deben formular 3 preguntas claras y precisas que les permitan investigar problemas alimentarios relacionados con salud comunitaria.
- **Organización:** Grupos de 3-4
- **Producto:** Listado de preguntas de investigación por grupo, redactadas en una hoja o documento digital.
- **Tiempo:** 12 minutos
- **Rol del docente:** Circula entre grupos, orienta preguntando "¿Esta pregunta les permitirá identificar causas nutricionales? ¿Es específica y clara?"

### **Actividad 2: Análisis crítico de datos comunitarios**

- **Objetivo:** Interpretar datos estadísticos para vincular prácticas alimentarias con problemas de salud.
- **Instrucciones:**
  - El docente proyecta tablas o gráficos breves con indicadores de salud y alimentación (ej. prevalencia de obesidad, consumo de frutas y verduras).
  - En grupos, los estudiantes analizan qué patrones alimentarios podrían estar relacionados con los problemas de salud observados.
  - Discuten posibles causas y efectos, tomando notas para compartir.
- **Organización:** Grupos de 3-4
- **Producto:** Breve informe oral o escrito con conclusiones del análisis.
- **Tiempo:** 15 minutos
- **Rol del docente:** Facilita la discusión con preguntas guía: "¿Qué datos les llaman más la atención? ¿Cómo se relacionan con hábitos alimentarios?"

### Actividad 3: Puesta en común y construcción colectiva

- **Objetivo:** Reflexionar y consolidar el vínculo entre diagnóstico, alimentación y salud comunitaria.
- **Instrucciones:**
  - Cada grupo expone brevemente sus preguntas de investigación y conclusiones del análisis.
  - El docente sintetiza las aportaciones, conectando ideas y destacando la importancia de una mirada amplia.
- **Organización:** Plenaria
- **Producto:** Mapa mental o esquema colectivo en la pizarra digital que integre los principales problemas y factores alimentarios.
- **Tiempo:** 13 minutos
- **Rol del docente:** Modera, resume y fomenta la participación con preguntas: "¿Qué factores alimentarios fueron más recurrentes? ¿Cómo podemos abordarlos en un diagnóstico?"

#### Diferenciación:

**Para estudiantes que terminan antes:** Se les invita a buscar evidencia científica adicional sobre alguna pregunta formulada y compartirla con el grupo.

**Para estudiantes que necesitan más apoyo:** El docente ofrece ejemplos concretos y guía más directa para formular preguntas y analizar datos, además de facilitar recursos visuales simplificados.

#### Transiciones:

Al finalizar el análisis en grupos, el docente conecta la siguiente actividad invitando a compartir lo aprendido para cerrar con una reflexión colectiva que integre los conceptos clave.

### Fase de Cierre

#### Tiempo estimado: 10 minutos

#### Síntesis:

**Docente:** Propone un "ticket de salida" donde cada estudiante debe escribir en una hoja o chat digital tres ideas clave aprendidas sobre el diagnóstico de salud comunitario en relación con la nutrición.

**Estudiantes:** Completarán individualmente el ticket de salida en 5 minutos.

#### Reflexión metacognitiva:

El docente plantea estas preguntas para que reflexionen y respondan brevemente oralmente o por escrito:

- ¿Cómo las preguntas de investigación que formularon pueden ayudar a mejorar la salud comunitaria?
- ¿Qué aspectos de las prácticas alimentarias les parecen más relevantes para incluir en un diagnóstico?
- ¿Cómo pueden aplicar lo aprendido en su futura profesión?

#### Retroalimentación:

**Docente:** Recoge los tickets de salida, comenta en conjunto los puntos más destacados y brinda feedback positivo sobre la participación y calidad de análisis, destacando avances y áreas para profundizar.

### **Transferencia:**

**Docente:** Conecta el diagnóstico con futuras intervenciones comunitarias en nutrición que estudiarán en próximos temas, enfatizando la importancia de un diagnóstico riguroso para el diseño de estrategias efectivas.

### **Tarea o reto:**

Se sugiere la tarea de buscar en fuentes confiables un estudio de caso real de diagnóstico nutricional en una comunidad y preparar un breve resumen para discutir en la próxima clase.

## **Evaluación**

**Tipo de evaluación:** Formativa durante el desarrollo y cierre. Diagnóstica inicial mediante la activación de conocimientos previos.

### **Criterios de evaluación:**

- Capacidad para identificar problemas de salud relacionados con prácticas alimentarias (vinculado al objetivo 1).
- Efectividad en la formulación de preguntas de investigación claras y relevantes (vinculado al objetivo 3).
- Habilidad para interpretar y analizar datos comunitarios (vinculado al objetivo 4).
- Participación activa en discusiones y reflexiones críticas (vinculado al objetivo 5).

### **Instrumentos sugeridos:**

- Lista de cotejo para evaluar la calidad de preguntas de investigación y análisis de datos en grupos.
- Observación directa durante actividades grupales y plenarias.
- Ticket de salida para evaluar comprensión individual y reflexión.
- Autoevaluación breve al final de la sesión para valorar el propio aprendizaje.

### **Evidencias de aprendizaje:**

- Preguntas de investigación formuladas en grupos.
- Informe o síntesis grupal del análisis de datos.
- Participación y aportes en la plenaria y mapa mental colectivo.
- Respuestas en ticket de salida y reflexiones metacognitivas.