

Explorando la Diabetes en Jóvenes: Impacto Emocional, Prevención y Nutrición como Vida

Ciencias de la Salud | Nutrición y salud | Aprendizaje Basado en Casos

Descripción

Este plan de clase está diseñado para estudiantes de posgrado en Nutrición y Salud, con el propósito de profundizar en la comprensión integral de la diabetes en jóvenes de 18 a 25 años. Se aborda el impacto emocional que esta enfermedad crónica genera en este grupo etario, sus fundamentos clínicos, complicaciones asociadas y la importancia crucial de la prevención y manejo adecuado. Además, se enfatiza la alimentación no solo como un medio para controlar la diabetes, sino como un estilo de vida saludable. La relevancia de este tema radica en la creciente incidencia de diabetes juvenil y la necesidad de profesionales capacitados que puedan ofrecer intervenciones holísticas y fundamentadas. Mediante la metodología de Aprendizaje Basado en Casos, los estudiantes analizarán situaciones reales para desarrollar competencias críticas que les permitan tomar decisiones informadas y empáticas en su práctica profesional, conectando el conocimiento teórico con aplicaciones prácticas en la vida cotidiana y clínica.

Objetivos de Aprendizaje

- Analizar el impacto emocional y psicosocial que la diabetes tiene en jóvenes de 18 a 25 años.
- Comprender los aspectos fundamentales de la diabetes tipo 1 y tipo 2, sus complicaciones y estrategias de prevención y manejo.
- Evaluar la importancia de la alimentación como una forma de vida saludable para el control y prevención de la diabetes.
- Diseñar intervenciones nutricionales y psicosociales que respondan a las necesidades específicas de jóvenes con diabetes.

Recursos Necesarios

- Casos clínicos reales impresos y digitales (3 casos específicos de jóvenes con diabetes)
- Presentación digital con gráficos y datos epidemiológicos
- Videos testimoniales de jóvenes con diabetes (2 videos, duración total 15 minutos)
- Material de escritura: pizarras, rotafolios, marcadores, hojas para trabajo grupal
- Acceso a plataforma digital para discusión y entrega de productos
- Artículos científicos recientes sobre diabetes juvenil y nutrición (en formato PDF)

Requisitos Previos

- Conocimientos básicos en fisiopatología de la diabetes y nutrición clínica.
- Habilidades previas en análisis crítico y discusión de casos clínicos.
- Experiencia en trabajo colaborativo y manejo básico de herramientas digitales.

Actividades

Sesión 1: Introducción al Impacto Emocional y Fundamentos de la Diabetes en Jóvenes

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 15 minutos

Propósito de la sesión:

Presentar el tema y sensibilizar sobre el impacto emocional y clínico de la diabetes en jóvenes, preparando a los estudiantes para un aprendizaje activo y profundo.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Inicia preguntando: "¿Qué conocen sobre el impacto emocional que la diabetes puede generar en jóvenes entre 18 y 25 años? ¿Han atendido o conocen algún caso?"
- **Estudiantes:** Participan respondiendo de manera breve y compartiendo experiencias o conocimientos previos, generando un breve debate.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Presenta un dato impactante: "Según la International Diabetes Federation, la diabetes es una de las enfermedades crónicas con mayor impacto emocional en jóvenes, afectando su calidad de vida y adherencia al tratamiento".
- **Estudiantes:** Reflexionan sobre el dato y su importancia en su futura práctica profesional.

Contextualización:

- **Docente:** Describe cómo la diabetes afecta no solo desde la fisiología sino también en la esfera emocional, social y nutricional en jóvenes que están en transición a la vida adulta.
- **Estudiantes:** Conectan el contenido con posibles casos en su entorno profesional o personal.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 95 minutos

Presentación del contenido:

Se introduce la diabetes en jóvenes mediante el análisis de un caso clínico real que evidencia aspectos emocionales, fisiológicos y nutricionales.

Actividad 1: Análisis de Caso Clínico - Impacto Emocional

- **Objetivo específico:** Analizar el impacto emocional de la diabetes en jóvenes.
- **Instrucciones:**
 - El docente distribuye un caso clínico que describe a un joven diagnosticado con diabetes tipo 1 enfrentando problemas emocionales.
 - En grupos de 4, los estudiantes leen el caso y responden: ¿Cuáles son los principales retos emocionales que enfrenta este joven? ¿Cómo pueden influir estos en su manejo de la enfermedad?
- **Organización:** Grupos de 4 estudiantes
- **Producto:** Lista de desafíos emocionales identificados y propuestas iniciales para abordarlos.
- **Tiempo:** 40 minutos
- **Rol docente:** Facilita, pregunta: "¿Han considerado el rol del apoyo social? ¿Cómo influye la percepción del joven sobre su enfermedad?" y guía la reflexión.

Actividad 2: Introducción a la fisiopatología y complicaciones de la diabetes

- **Objetivo específico:** Comprender aspectos fundamentales y complicaciones de la diabetes.
- **Instrucciones:**
 - El docente presenta un resumen interactivo con apoyo de presentación digital sobre tipos de diabetes, fisiopatología y complicaciones.
 - Se plantean preguntas para responder en plenaria: ¿Qué complicaciones son más prevalentes en jóvenes? ¿Cómo se relacionan con la nutrición?
- **Organización:** Plenaria
- **Producto:** Respuestas y discusión colectiva documentada en pizarrón.
- **Tiempo:** 30 minutos
- **Rol docente:** Explica, modera y clarifica dudas, promoviendo participación activa.

Actividad 3: Debate inicial sobre alimentación y estilo de vida

- **Objetivo específico:** Reconocer la importancia de la alimentación como forma de vida en jóvenes con diabetes.
- **Instrucciones:**
 - En parejas, los estudiantes discuten: ¿Cuáles son las barreras y facilitadores para mantener una alimentación saludable en jóvenes diabéticos?
 - Luego, comparten en plenaria sus conclusiones.
- **Organización:** Parejas y plenaria
- **Producto:** Listado de barreras y facilitadores.

- **Tiempo:** 25 minutos
- **Rol docente:** Escucha, toma notas y conecta ideas para la siguiente sesión.

Diferenciación

- Estudiantes que terminan antes: Proponen preguntas para profundizar en el caso o investigan brevemente un artículo científico asignado.
- Estudiantes con dificultades: Se les proporciona material resumido y apoyo individual o en pequeños grupos para clarificar conceptos.

Transición

El docente concluye: "En la siguiente sesión, profundizaremos en la nutrición como herramienta fundamental para la prevención y manejo integral de la diabetes en jóvenes".

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos

Síntesis:

- En plenaria, el docente solicita que cada grupo comparta una idea clave aprendida sobre el impacto emocional y complicaciones de la diabetes.
- Se redacta un mapa mental colectivo en rotafolio.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Cómo afecta el impacto emocional en la adherencia al tratamiento en jóvenes con diabetes?
- ¿De qué manera la comprensión de las complicaciones puede mejorar tu enfoque profesional?
- ¿Qué aspectos de la alimentación consideras más relevantes para mejorar la calidad de vida de estos jóvenes?

Retroalimentación:

El docente comenta y refuerza los puntos compartidos, destacando la importancia del enfoque integral.

Transferencia:

Se anticipa el análisis de casos centrados en estrategias nutricionales para la siguiente sesión.

Sesión 2: Estrategias Nutricionales y Manejo Integral de la Diabetes en Jóvenes

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Revisar conceptos previos y preparar a los estudiantes para aplicar conocimientos nutricionales en casos reales.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Solicita que cada estudiante comparta brevemente un aspecto aprendido en la sesión anterior que consideren clave para la intervención nutricional.
- **Estudiantes:** Participan exponiendo y escuchando a sus compañeros.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Presenta un video testimonial (7 minutos) de un joven que logró controlar su diabetes con cambios en su alimentación y hábitos.
- **Estudiantes:** Observan y reflexionan sobre el impacto positivo de la intervención nutricional.

Contextualización:

- **Docente:** Conecta el testimonio con la importancia de diseñar estrategias nutricionales adaptadas a jóvenes.
- **Estudiantes:** Se preparan para la actividad práctica de análisis de casos.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 100 minutos

Presentación del contenido:

Se presentan lineamientos nutricionales actualizados y se discuten casos clínicos con énfasis en recomendaciones prácticas y adaptadas.

Actividad 1: Análisis y diseño de plan nutricional para caso clínico

- **Objetivo específico:** Diseñar intervenciones nutricionales personalizadas para jóvenes con diabetes.
- **Instrucciones:**
 - El docente entrega un caso clínico diferente al anterior, con datos clínicos, emocionales y hábitos alimentarios.
 - En grupos de 3, los estudiantes analizan el caso y elaboran un plan nutricional que contemple aspectos emocionales y de estilo de vida.
 - Consideran barreras, facilitadores y estrategias de educación nutricional.
- **Organización:** Grupos de 3 estudiantes
- **Producto:** Documento breve con plan nutricional y justificación.
- **Tiempo:** 60 minutos
- **Rol docente:** Supervisa, hace preguntas guía como: "¿Cómo integran el impacto emocional en la planificación? ¿Qué recomendaciones específicas proponen para mantener la adherencia?"

Actividad 2: Presentación y retroalimentación de planes nutricionales

- **Objetivo específico:** Evaluar y argumentar planes nutricionales basados en evidencia.
- **Instrucciones:**
 - Cada grupo presenta su plan en plenaria (máximo 7 minutos por grupo).
 - Los demás estudiantes y docente hacen preguntas y aportan retroalimentación crítica y constructiva.
- **Organización:** Plenaria
- **Producto:** Presentación oral y documento escrito entregado.
- **Tiempo:** 40 minutos
- **Rol docente:** Modera, destaca fortalezas y áreas de mejora, relaciona con literatura científica y experiencia clínica.

Diferenciación

- Estudiantes avanzados pueden agregar un componente de evaluación de impacto emocional en su plan.
- Estudiantes con dificultades reciben apoyo para estructurar el plan y ejemplos concretos.

Transición

El docente concluye: "En la siguiente sesión integraremos todos los elementos para diseñar intervenciones completas y reflexionaremos sobre el aprendizaje obtenido."

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos

Síntesis:

- Se solicita a los estudiantes escribir en una tarjeta tres aspectos clave para un manejo integral de la diabetes en jóvenes.
- Se comparten en plenaria y se generan conclusiones conjuntas.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Cómo integraron la información emocional y nutricional en sus planes?
- ¿Qué desafíos anticipan al aplicar estos planes en la práctica?
- ¿Qué aprendizajes consideran prioritarios para su desarrollo profesional?

Retroalimentación:

El docente reconoce la participación activa y puntualiza las mejoras para la sesión final.

Transferencia:

Se anticipa la aplicación de casos complejos y la reflexión final en la última sesión.

Sesión 3: Integración, Reflexión y Proyección Profesional en el Manejo de la Diabetes Juvenil

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Reconectar conocimientos previos y preparar para la integración y reflexión final.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Invita a los estudiantes a compartir un aprendizaje clave de las sesiones anteriores que aplicarán en su práctica profesional.
- **Estudiantes:** Comparten y escuchan a sus compañeros.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Presenta un segundo video testimonial (8 minutos) que muestra la evolución de un joven con diabetes tras intervención integral.
- **Estudiantes:** Observan y analizan el caso.

Contextualización:

- **Docente:** Explica que esta sesión buscará consolidar el aprendizaje y proyectar su aplicación en diferentes contextos.
- **Estudiantes:** Se preparan para actividades integradoras.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 95 minutos

Presentación del contenido:

Aplicación de casos complejos con integración de aspectos emocionales, clínicos y nutricionales.

Actividad 1: Resolución integral de caso clínico complejo

- **Objetivo específico:** Integrar conocimientos para diseñar intervenciones completas para jóvenes con diabetes.
- **Instrucciones:**
 - Se entrega un caso complejo que incluye aspectos emocionales, clínicos y sociales.
 - En grupos de 4, los estudiantes desarrollan un plan integral que incluya manejo emocional, nutricional y prevención de complicaciones.
- **Organización:** Grupos de 4 estudiantes

- **Producto:** Documento con plan integral y presentación breve.
- **Tiempo:** 60 minutos
- **Rol docente:** Facilita, plantea preguntas: "¿Cómo priorizan las intervenciones? ¿Qué estrategias utilizan para promover adherencia y bienestar?"

Actividad 2: Presentación y reflexión crítica

- **Objetivo específico:** Evaluar y reflexionar críticamente sobre las intervenciones diseñadas.
- **Instrucciones:**
 - Grupos presentan su plan integral (máximo 7 minutos cada uno).
 - Se genera discusión crítica y se analizan fortalezas y áreas de mejora.
- **Organización:** Plenaria
- **Producto:** Presentación oral y discusión grupal.
- **Tiempo:** 35 minutos
- **Rol docente:** Modera, conecta con evidencia científica y experiencias clínicas.

Diferenciación

- Estudiantes avanzados pueden proponer indicadores para evaluar el éxito del plan.
- Estudiantes que requieren apoyo reciben retroalimentación personalizada y ejemplos adicionales.

Transición

El docente introduce la fase de cierre con énfasis en la reflexión y proyección profesional.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 15 minutos

Síntesis:

- Se realiza un resumen colectivo en formato de mapa mental digital o en rotafolio, integrando los aprendizajes clave de las 3 sesiones.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Cómo integrarás el conocimiento adquirido en tu práctica profesional para mejorar la atención a jóvenes con diabetes?
- ¿Qué desafíos anticipas y cómo los enfrentarás?
- ¿Qué cambios personales o profesionales te comprometes a realizar tras este aprendizaje?

Retroalimentación:

El docente ofrece retroalimentación final, destacando logros y recomendaciones para el desarrollo continuo.

Transferencia:

Se invita a los estudiantes a aplicar lo aprendido en estudios de casos reales o en su entorno laboral y a compartir resultados en futuros encuentros.

Tarea o reto:

- Elaborar un ensayo breve (2-3 páginas) reflexionando sobre el impacto emocional y nutricional en jóvenes con diabetes y proponiendo una intervención integral innovadora.

Evaluación

Tipo de evaluación:

- **Diagnóstica:** En la fase de inicio de la primera sesión mediante preguntas abiertas y activación de conocimientos previos.
- **Formativa:** Durante las actividades de desarrollo en las tres sesiones, con retroalimentación continua en análisis de casos, presentaciones y debates.
- **Sumativa:** Al cierre de la tercera sesión con la presentación final y el ensayo reflexivo como evidencia de integración del aprendizaje.

Criterios de evaluación:

- Capacidad para analizar y describir el impacto emocional en jóvenes con diabetes (vinculado al Objetivo 1).
- Comprensión precisa de aspectos fundamentales, complicaciones y prevención de la diabetes (vinculado al Objetivo 2).
- Competencia para diseñar planes nutricionales adecuados y contextualizados (vinculado al Objetivo 3).
- Habilidad para integrar aspectos emocionales, clínicos y nutricionales en propuestas de intervención (vinculado al Objetivo 4).

Instrumentos sugeridos:

- Rúbrica para evaluación de planes nutricionales y presentaciones.
- Lista de cotejo para participación y análisis crítico en debates y discusiones.
- Portafolio digital con evidencias de actividades y ensayo final.
- Autoevaluación y coevaluación para reflexionar sobre el proceso de aprendizaje.

Evidencias de aprendizaje:

- Respuestas y análisis en la actividad de impacto emocional (Actividad 1, Sesión 1).
- Documentos y presentaciones de planes nutricionales (Actividades 1 y 2, Sesión 2).
- Plan integral y presentación final (Actividad 1 y 2, Sesión 3).
- Ensayo reflexivo entregado como tarea final.

Enriquecimientos

Desarrollo - Ejemplos

Ejemplos Prácticos y Casos de Estudio para el Plan de Clase

A continuación, se presentan tres casos de estudio diseñados para desarrollarse a lo largo de las tres sesiones del plan de clase. Cada caso está alineado con los objetivos de aprendizaje y facilita la aplicación de la metodología Aprendizaje Basado en Casos (ABC). Los casos son realistas, relevantes para jóvenes de 18 a 25 años y contextualizados en el área de Nutrición y Salud para estudiantes de posgrado.

Sesión	Objetivo de Aprendizaje	Descripción del Caso	Actividades Propuestas
Sesión 1	Comprender el impacto emocional en jóvenes con diabetes	Caso 1: "María, la estudiante universitaria diagnosticada recientemente con diabetes tipo 1" María, 20 años, estudiante universitaria, fue diagnosticada con diabetes tipo 1 hace 3 meses. Ha experimentado ansiedad, estrés y aislamiento social debido al manejo intensivo de su condición y el impacto en su vida cotidiana y académica.	• Análisis del caso en grupos pequeños para identificar factores emocionales y sociales que afectan a María. • Discusión guiada sobre estrategias de apoyo psicológico y manejo emocional para jóvenes con diabetes. • Planteamiento de un plan de intervención interdisciplinario que incluya nutrición, psicología y medicina.
Sesión 2	Comprender aspectos fundamentales, complicaciones y prevención de diabetes	Caso 2: "Luis, 24 años, con diagnóstico de diabetes tipo 2 y complicaciones iniciales" Luis, un joven trabajador, fue diagnosticado con diabetes tipo 2 hace 2 años. Presenta signos iniciales de neuropatía y dudas sobre la adherencia al tratamiento y la importancia de la prevención de complicaciones.	• Estudio detallado del caso para identificar factores de riesgo y complicaciones. • Discusión sobre fisiopatología, manejo clínico y estrategias preventivas. • Elaboración de un plan educativo para Luis que fomente la adherencia y prevención.

Sesión	Objetivo de Aprendizaje	Descripción del Caso	Actividades Propuestas
Sesión 3	Conocer la importancia de la alimentación como forma de vida	Caso 3: "Ana, 22 años, busca cambiar su estilo de vida para prevenir diabetes" Ana tiene antecedentes familiares de diabetes y está preocupada por su alimentación y hábitos sedentarios. Quiere comprender cómo modificar su dieta y estilo de vida para prevenir la enfermedad.	• Evaluación nutricional y de hábitos de Ana con enfoque en prevención. • Diseño colaborativo de un plan nutricional personalizado y sostenible. • Simulación de asesoría nutricional para promover cambios conductuales.

Detalle de Implementación de Actividades ABC en Cada Sesión

- **Sesión 1:** Los estudiantes reciben el caso de María antes de la sesión para lectura previa. En la clase, se dividen en grupos para discutir y responder preguntas que abordan el impacto emocional, factores psicosociales y estrategias de apoyo. Se finaliza con una puesta en común y reflexión crítica.
- **Sesión 2:** Con el caso de Luis, los estudiantes analizan datos clínicos, síntomas y hábitos. Se fomenta la aplicación de conocimientos clínicos y preventivos mediante debates y elaboración de propuestas de manejo integral, enfatizando la educación al paciente.
- **Sesión 3:** El caso de Ana permite a los estudiantes aplicar conceptos nutricionales y conductuales para diseñar intervenciones prácticas y sostenibles. Se promueve el rol de asesor nutricional mediante simulaciones y retroalimentación grupal.

Estos casos y actividades proporcionan un marco para que los estudiantes de posgrado integren conocimientos teóricos con habilidades prácticas, fomentando el pensamiento crítico, la empatía y la capacidad de diseñar intervenciones efectivas en el contexto de la diabetes en jóvenes.

Cierre - Retroalimentar

Estrategias de Retroalimentación para el Cierre del Plan de Clase

Para estudiantes de posgrado en el área de Ciencias de la Salud Nutrición y Salud, el cierre debe propiciar la reflexión profunda, la integración de conocimientos y la aplicación crítica de lo aprendido en el contexto profesional. Las estrategias de retroalimentación deben ser específicas, constructivas y alineadas con los objetivos de aprendizaje para consolidar la comprensión y promover la transferencia del conocimiento.

- **Retroalimentación mediante preguntas reflexivas guiadas:**

Al finalizar cada sesión, el docente plantea preguntas específicas que inviten a los estudiantes a reflexionar sobre el impacto emocional, las complicaciones y la prevención de la diabetes, así como sobre la alimentación como estilo de vida. Ejemplos:

- ¿Cómo creen que el manejo emocional influye en la adherencia a los tratamientos en jóvenes con diabetes?
- ¿Cuáles son las principales barreras para la prevención que identificaron en el caso estudiado y cómo podrían abordarlas desde la nutrición?
- ¿De qué manera pueden promover desde su práctica profesional una alimentación saludable que vaya más allá de la dieta y se convierta en una forma de vida?

Esta estrategia permite valorar la comprensión y profundizar en los aspectos críticos del tema.

- **Feedback individualizado y basado en evidencias:**

Durante las presentaciones o análisis de casos, el docente brinda retroalimentación específica sobre los argumentos, uso de fuentes científicas y aplicación práctica. Se señala con precisión qué aspectos se abordaron adecuadamente y cuáles requieren mayor desarrollo, siempre con recomendaciones de mejora.

Ejemplo: “La explicación sobre el impacto emocional fue clara y fundamentada en literatura reciente, pero sería recomendable integrar más estrategias de intervención psicológica para fortalecer la prevención.”

- **Autoevaluación guiada al cierre de la última sesión:**

Se entrega a los estudiantes un cuestionario de autoevaluación con ítems relacionados con los objetivos de aprendizaje, por ejemplo:

- Describo con precisión cómo la diabetes afecta el bienestar emocional en jóvenes.
- Identifico correctamente las complicaciones y estrategias de manejo preventivo.
- Propongo recomendaciones nutricionales que fomentan un estilo de vida saludable.

El docente revisa las respuestas y ofrece retroalimentación para consolidar el aprendizaje y orientar el desarrollo profesional.

- **Retroalimentación grupal con énfasis en el análisis crítico y colaboración:**

Al concluir la discusión del caso, se realiza una sesión de retroalimentación grupal donde se destacan los aportes más relevantes, se corrigen conceptos erróneos y se comparte evidencia actualizada. Esta dinámica fortalece el aprendizaje colaborativo y la capacidad crítica de los estudiantes.

- **Propuestas de mejora personalizadas para el desarrollo profesional:**

En el cierre final, el docente brinda recomendaciones individualizadas que orienten a cada estudiante sobre cómo profundizar en temas específicos relacionados con la diabetes, el impacto emocional y la nutrición, vinculando estos aspectos con su futura práctica clínica o investigativa.

Cierre - Reflexionar

Preguntas de Reflexión Metacognitiva para el Cierre

- ¿Cómo ha cambiado tu comprensión sobre el impacto emocional que enfrenta un joven diagnosticado con diabetes?
¿Qué aspectos te resultaron más reveladores y por qué?

- Considerando los aspectos fundamentales y complicaciones de la diabetes, ¿cómo integrarías este conocimiento en tu práctica profesional para mejorar la prevención y manejo en jóvenes?
- ¿De qué manera la alimentación como forma de vida puede influir en la calidad de vida de un joven con diabetes? ¿Cómo podrías promover esta perspectiva en tus intervenciones?
- Reflexiona sobre algún caso discutido durante las sesiones: ¿qué estrategias interdisciplinarias consideras esenciales para abordar tanto el impacto emocional como el manejo nutricional de la diabetes en jóvenes?
- ¿Qué dificultades encontraste al analizar los casos y cómo superaste esos retos para profundizar tu aprendizaje?
- ¿Cómo evaluarías tu propio proceso de aprendizaje durante estas tres sesiones? ¿Qué habilidades o conocimientos consideras que has fortalecido y cuáles te gustaría seguir desarrollando?

Actividades de Reflexión Metacognitiva para el Cierre

- **Diario reflexivo individual:** Los estudiantes escribirán un breve ensayo (1-2 páginas) donde integren sus aprendizajes sobre el impacto emocional, prevención y nutrición en diabetes, destacando cómo aplicarán este conocimiento en su ámbito profesional y qué cambios personales han experimentado en su percepción del manejo de la diabetes en jóvenes.
- **Discusión en grupos pequeños:** En grupos de 3-4 estudiantes, compartirán sus respuestas a las preguntas de reflexión, identificando puntos en común y diferencias en sus perspectivas. Luego, cada grupo presentará un resumen que integre las ideas clave y posibles recomendaciones para la práctica clínica o educativa.
- **Mapa conceptual colaborativo:** Utilizando una plataforma digital o en papel, crearán un mapa conceptual que conecte el impacto emocional, las complicaciones y prevención de la diabetes, y la alimentación como forma de vida, evidenciando las relaciones entre estos aspectos y su importancia en el manejo integral del paciente joven.
- **Plan de acción personal:** Cada estudiante diseñará un plan de acción concreto para aplicar los conocimientos adquiridos en su contexto profesional, incluyendo estrategias para abordar los aspectos emocionales, educativos y nutricionales de la diabetes en jóvenes, estableciendo metas a corto y mediano plazo.

Recomendaciones - TIC_ia

Recomendaciones para Integrar Tecnología e Inteligencia Artificial en el Plan de Clase

Sesión 1 - Inicio (15 minutos): Presentación y Sensibilización sobre el Impacto Emocional y Clínico de la Diabetes

- **Herramienta:** Mentimeter (Encuestas y nube de palabras en tiempo real)

Implementación: El docente inicia la clase con una pregunta abierta proyectada en Mentimeter para que los estudiantes respondan desde sus dispositivos móviles o laptops sobre el impacto emocional que la diabetes tiene en jóvenes. Los resultados se muestran en tiempo real, generando una nube de palabras o gráficos que sirven de base para el debate inicial.

Contribución a los objetivos: Facilita la activación de conocimientos previos y sensibiliza a los estudiantes sobre la importancia del impacto emocional, promoviendo la reflexión desde el inicio.

Nivel SAMR: Sustitución (reemplaza el método tradicional de lluvia de ideas en pizarras o verbal con una herramienta digital interactiva).

- **Herramienta:** Video interactivo con Edpuzzle o H5P (sobre impacto emocional y fisiológico de la diabetes)

Implementación: El docente comparte un breve video con preguntas integradas que aborden el impacto emocional y social de la diabetes en jóvenes. Los estudiantes deben responder durante la visualización, promoviendo la participación activa.

Contribución a los objetivos: Mejora la comprensión inicial del tema, integrando datos actuales y fomentando la reflexión crítica.

Nivel SAMR: Aumento (potencia la efectividad del video tradicional con interactividad y evaluación formativa inmediata).

Sesión 1 - Desarrollo (95 minutos): Análisis de Caso Clínico - Impacto Emocional, Fisiológico y Nutricional

- **Herramienta:** Plataforma colaborativa como Google Docs o Microsoft Teams para análisis grupal en tiempo real

Implementación: Los estudiantes trabajan en grupos para analizar el caso clínico, escribiendo sus conclusiones y respuestas directamente en documentos compartidos, permitiendo al docente monitorear y retroalimentar en tiempo real.

Contribución a los objetivos: Facilita la discusión colaborativa y el análisis profundo del impacto emocional, fisiológico y nutricional, mejorando la interacción y el trabajo en equipo.

Nivel SAMR: Sustitución (reemplaza el trabajo en papel por documentos digitales colaborativos).

- **Herramienta:** Simulador de escenarios clínicos con IA, como Body Interact o SimX

Implementación: Los estudiantes exploran escenarios clínicos simulados donde pueden tomar decisiones relacionadas con el manejo emocional y nutricional del paciente joven con diabetes, observando consecuencias inmediatas de sus elecciones.

Contribución a los objetivos: Rediseña la experiencia de aprendizaje, permitiendo experimentar en un entorno seguro la toma de decisiones clínicas integrales.

Nivel SAMR: Modificación (rediseña la actividad tradicional del análisis de caso con simulaciones interactivas IA).

Sesión 1 - Cierre: Reflexión y Síntesis

- **Herramienta:** Chatbot educativo basado en IA (como ChatGPT o un bot personalizado) para discusión guiada

Implementación: Los estudiantes interactúan con un chatbot que plantea preguntas reflexivas sobre el impacto emocional y estrategias de manejo, ayudándolos a sintetizar lo aprendido y a plantear dudas.

Contribución a los objetivos: Facilita una reflexión personalizada y profundiza la comprensión del impacto emocional en la práctica profesional.

Nivel SAMR: Redefinición (crea una nueva forma de aprendizaje mediante interacción autónoma con IA que no sería posible sin esta tecnología).

- **Herramienta:** Padlet o Miro para mural digital de conclusiones

Implementación: Cada grupo sube sus conclusiones y reflexiones en un mural digital colaborativo que queda visible para toda la clase, facilitando la discusión y el intercambio de ideas.

Contribución a los objetivos: Potencia la síntesis colaborativa y la visualización de diferentes perspectivas de los estudiantes.

Nivel SAMR: Aumento (mejora la presentación y discusión tradicional en papel o verbal).