

Rúbrica Analítica para Evaluar Salud e Higiene Personal y Hábitos Alimenticios Saludables en Adultos

Rúbrica Analítica | Salud Integral y Bienestar | Hábitos alimenticios saludables | 3 niveles

Descripción

Esta rúbrica está diseñada para evaluar de manera detallada los conocimientos y prácticas relacionadas con la salud integral, higiene personal y hábitos alimenticios saludables en adultos que participan en programas de educación para el trabajo. Se incluyen criterios específicos para fomentar la diversidad, equidad e inclusión (DEI), asegurando una valoración justa y completa.

Rúbrica

Rúbrica Analítica para Evaluar Salud e Higiene Personal y Hábitos Alimenticios Saludables en Adultos

Esta rúbrica está diseñada para evaluar de manera detallada los conocimientos y prácticas relacionadas con la salud integral, higiene personal y hábitos alimenticios saludables en adultos que participan en programas de educación para el trabajo. Se incluyen criterios específicos para fomentar la diversidad, equidad e inclusión (DEI), asegurando una valoración justa y completa.

Criterios	Excelente	Bueno	Bajo
Conocimiento de hábitos de higiene personal	Demuestra un conocimiento profundo y completo sobre técnicas y prácticas de higiene personal, aplicándolas consistentemente.	Comprende y aplica correctamente la mayoría de las prácticas básicas de higiene personal.	Muestra un conocimiento limitado y aplica de forma inconsistente las prácticas de higiene personal.
Práctica de hábitos alimenticios saludables	Incorpora de manera constante hábitos alimenticios balanceados y variados, alineados con recomendaciones nutricionales.	Aplica hábitos alimenticios saludables en la mayoría de las ocasiones, aunque con algunas áreas de mejora.	No evidencia o aplica de forma inadecuada hábitos alimenticios saludables.
Autocuidado y prevención de enfermedades	Identifica y lleva a cabo acciones preventivas efectivas para mantener su salud y bienestar general.	Reconoce la importancia del autocuidado y realiza algunas acciones preventivas con regularidad.	Muestra poca o nula participación en prácticas de autocuidado y prevención.

Criterios	Excelente	Bueno	Bajo
Comprensión y respeto por la diversidad cultural en alimentación	Reconoce y valora diversas prácticas alimenticias culturales, adaptando recomendaciones con sensibilidad y respeto.	Muestra respeto hacia diferentes prácticas culturales alimenticias, aunque no siempre las integra en su enfoque.	No reconoce o muestra poco respeto por la diversidad cultural en hábitos alimenticios.
Equidad en el acceso a información y recursos de salud	Promueve y utiliza recursos e información de salud accesibles para todos, considerando distintas necesidades y contextos.	Reconoce la importancia del acceso equitativo, pero con aplicación limitada en su entorno.	No considera ni promueve el acceso equitativo a información y recursos de salud.
Inclusión y apoyo a personas con condiciones especiales	Demuestra actitud inclusiva y adapta prácticas para apoyar personas con necesidades o condiciones especiales en salud.	Muestra disposición para incluir y apoyar a personas con condiciones especiales, aunque con limitaciones.	Muestra indiferencia o falta de adaptación hacia personas con condiciones especiales.
Manejo de información sobre salud y nutrición	Busca, evalúa y utiliza información confiable y actualizada para mejorar su salud y alimentación.	Utiliza información adecuada pero con poca frecuencia o sin evaluar su confiabilidad completamente.	No busca ni utiliza información confiable para mejorar su salud y hábitos alimenticios.
Participación en actividades de promoción de salud y bienestar	Participa activamente y motiva a otros en actividades relacionadas con salud integral y bienestar.	Participa en actividades de promoción de salud de forma ocasional y con interés moderado.	No participa en actividades de promoción de salud o bienestar.