



**Universidad Nacional de San Luis
Facultad de Ciencias Humanas
Especialización en Educación Superior**

PROYECTO

Título:

***“Un Dispositivo Didáctico Innovador para la
asignatura Nutrición Normal II del Adulto Sano desde el
Marco Conceptual de la Enseñanza para la
Comprensión”.***

ALUMNA: Lic. J. Vanina Garro Bustos

DIRECTORA: Magter. Silvia Elina Martinez

Año 2016

ÍNDICE

<u>I- ENCUADRE GENERAL</u>	
	2
INTRODUCCIÓN.....	
PRESENTACIÓN.....	3
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	4
JUSTIFICACIÓN DE LA PROPUESTA	4
OBJETIVO GENERAL.....	4
ANTECEDENTES	6
MARCO TEÓRICO.....	9
Marco Teórico Referencial: Enseñanza para la comprensión.....	9
Marco Conceptual de la Disciplina Nutrición.....	17
<u>II- PROPUESTA DIDÁCTICA</u>	
	24
PROYECTO: PROGRAMACION DIDÁCTICA.....	
MATRIZ ANALITICA INTRUCCIONAL O RUBRICAS.....	45
<u>III- ANÁLISIS DE LA PROPUESTA A LA LUZ DEL MARCO TEORICO</u>	
CONCLUSIONES Y REFLEXIONES.....	49
BIBLIOGRAFÍA.....	51

INTRODUCCIÓN

El Presente Trabajo Final forma parte de los requisitos de la “Especialización en Educación Superior” de la Facultad de Ciencias Humanas de la Universidad Nacional de San Luis.

Reconoce la importancia de mejorar el proceso de enseñanza y aprendizaje en el Nivel Superior con el fin de contribuir a la comprensión de los alumnos, teniendo en cuenta la compleja realidad en la que estamos insertos y la necesidad de promover la formación de profesionales pensantes y creativos en el campo de la Nutrición.

Para ello se elaboró un Proyecto con un dispositivo didáctico innovador para la elaboración de los Trabajos Prácticos del curso Nutrición Normal II del Adulto Sano, perteneciente a segundo año de la carrera Licenciatura en Nutrición de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de San Luis, en vistas de fortalecer los procesos de enseñanza y aprendizaje.

Esta propuesta fundamenta su accionar en los postulados teóricos del Marco de la Enseñanza para la Comprensión y pretende promover en los alumnos la construcción de comprensiones significativas en el devenir del tiempo.

Se parte de una postura teórica, con la convicción de que todos somos capaces de comprender y que además, se puede ayudar a que esto sea posible, a través de una enseñanza pertinente, favoreciendo la construcción del conocimiento.

Esto pone en evidencia, que se aprende de diversas formas y que es posible llegar a un mayor número de alumnos, utilizando estrategias que vayan más allá de las formas tradicionales.

La selección de esta perspectiva teórica, permite articular ideas, realizar un análisis crítico y reflexionar sobre los obstáculos para el aprendizaje que presentan los alumnos al momento de confeccionar planes alimentarios que se orienten a la prevención de enfermedades y promoción de la salud.

PRESENTACIÓN

El ejercicio de la práctica docente lo llevo a cabo como auxiliar de primera semi exclusivo en dos cursos ubicados curricularmente en el segundo año de la Carrera Licenciatura en Nutrición. Uno llamado Nutrición Normal I del Adulto Sano que se dicta durante el primer cuatrimestre y el otro denominado Nutrición Normal II del Adulto Sano, que se desarrolla en el segundo cuatrimestre, motivo del presente trabajo final.

En ésta asignatura, se brinda al futuro Licenciado en Nutrición los conocimientos, las habilidades y las herramientas necesarias para que puedan confeccionar Planes Alimentarios adecuados a las distintas etapas biológicas del Adulto Sano. Un plan alimentario hace referencia a la alimentación diaria que necesita una persona para cumplir sus necesidades energéticas.

Para ello es imprescindible tener presente las Leyes de las Alimentación, es decir que aporten la cantidad necesaria de nutrientes, empleando la Ley de la Cantidad. Que sean completos en su composición aplicando la Ley de la Suficiencia y que guarden una relación de proporción entre sí a través de la Ley de la Armonía.

Al diseñarlos, se debe tener en cuenta la Ley de la Adecuación, considerando las características biológicas del sujeto, el contexto, la historia y todos los factores que influyen en la nutrición y alimentación; como hábitos, estilos de vida, creencias, cultura, nivel de instrucción, situación socio-económica.

En la asignatura Nutrición Normal I del Adulto Sano se brindan todos los aportes teóricos sobre nutrición, alimentación, salud, antropometría, energía, hidratos de carbono, proteínas, lípidos, vitaminas liposolubles e hidrosolubles, elementos minerales: (oligoelementos, elementos trazas, agua y electrolitos), para poder confeccionar planes alimentarios en la asignatura Nutrición Normal II del Adulto Sano.

El Plan Alimentario que deben realizar los alumnos, supone una propuesta de alimentación sana, que para ser tal, debe respetar las leyes de la alimentación, como condición de su éxito para la prevención de enfermedades.

Se pretende lograr una formación de Licenciados en Nutrición con habilidad hacia el trabajo en equipo interdisciplinario y multidisciplinario, promoviendo como estrategia la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) y la promoción del adulto sano.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En virtud de lo anteriormente descrito, se plantea el siguiente problema en esta propuesta.

El objeto de estudio, es aquel sector de la realidad en que se focaliza la propuesta. Desde esta perspectiva el dispositivo didáctico sugerido para la asignatura en cuestión, constituye una herramienta fundamental para el enriquecimiento del proceso de enseñanza y aprendizaje de los docentes y alumnos de la carrera Licenciatura en Nutrición.

Los interrogantes que configuran el planteamiento del problema, se enuncian del siguiente modo:

¿Cómo se elabora el Dispositivo Didáctico Innovador para los Trabajos Prácticos de la asignatura Nutrición Normal II del Adulto Sano desde el Marco Conceptual de la Enseñanza para la Comprensión, para los alumnos de 2do año de la Carrera Licenciatura en Nutrición?

Coherentemente con el interrogante que constituye el Problema de Investigación, el objetivo de este proyecto, se plantea de la siguiente manera:

OBJETIVO GENERAL:

- Diseñar un dispositivo didáctico para la enseñanza de los Trabajos Prácticos de la asignatura Nutrición Normal II del Adulto Sano, desde el marco de la Enseñanza para la Comprensión.

JUSTIFICACIÓN DE LA PROPUESTA

En diferentes Instituciones Educativas del Nivel Superior, se manifiesta la inquietud acerca de la importancia de una formación por competencias, que supere los tradicionales aprendizajes de contenidos, que continúan aún vigentes, en muchos sistemas educativos.

A partir de las teorías contemporáneas del aprendizaje, como el constructivismo y los modelos basados en desempeños, se concibe al Aprendizaje no como la acumulación de conocimientos, sino como la capacidad para hacer.

En un mundo cambiante, dinámico, globalizado y complejo, se debe procurar una educación que permita a los individuos afrontar nuevos retos desde las disciplinas, tal como lo ha planteado Howard Gardner (2008) en su ensayo *Las cinco mentes del futuro*.

Por lo tanto, en la práctica docente, desde la función de auxiliar de primera, se intenta lograr el posicionamiento desde un paradigma diferente, con la finalidad de innovar y realizar nuevos aportes en el contexto áulico donde aún prevalecen los modelos tradicionales de enseñanza y aprendizaje.

La realidad demuestra que los alumnos presentan serias dificultades para relacionar los conceptos teóricos y lograr aplicarlos a la práctica, como así también comprender conceptos claves, detectar ideas centrales de las disciplinas, pensar críticamente, encontrar evidencias, plantear y resolver problemas.

Se puede observar que parte de las falencias del modo de enseñar, se manifiesta en aspectos tales como el proceso de articulación de lo teórico y lo práctico y lograr analizar el contexto desde una mirada integral.

Por consiguiente, se plantea una propuesta basada en el diseño de un dispositivo didáctico innovador, con los lineamientos teóricos del Marco de la Enseñanza para la Comprensión para los Trabajos Prácticos de la asignatura Nutrición Normal II del Adulto Sano, que se cursa en segundo año de la Carrera Licenciatura en Nutrición.

Resulta pertinente traer a colación el concepto de dispositivo que rescata Deleuze (1990) citando las palabras de Foucault quién al explicar que es un dispositivo expresa: *“que es una especie de ovillo o madeja, un conjunto multilineal.(...) Desenmarañar las líneas de un dispositivo es en cada caso levantar un mapa, cartografiar, recorrer tierras desconocidas, y eso es lo que Foucault llama el "trabajo en el terreno". (...)Cada dispositivo tiene su régimen de luz, la manera en que ésta cae, se esfuma, se difunde, al distribuir lo visible y lo invisible, al hacer nacer o desaparecer el objeto que no existe sin ella* (Deleuze, 1990) pag. 157.

Frente a lo expuesto según Foucault, se procura que el diseño del dispositivo innovador sea esa madeja que permita visualizar esas tensiones que están latentes en la práctica educativa, tensiones que subyacen a la misma y que se encuentran ocultas pero que sin embargo están presentes.

Esta propuesta didáctica pretende fortalecer el proceso de enseñanza y aprendizaje; intenta favorecer la comprensión de los alumnos y permitirá que logren ir más allá de lo que saben, adquiriendo una visión integral de la asignatura.

Desde este contexto, se hace hincapié en la importancia del concepto de Prevención de enfermedades y Promoción de la Salud a partir del adulto sano, porque resulta trascendental su conocimiento y la aplicación en diferentes contextos, tanto en el ámbito áulico donde se

construyen estos conocimientos como así también en situaciones extrauniversitarias desde los primeros años de la Carrera.

Estos conceptos se enmarcan dentro de la Atención Primaria de la Salud (APS), la cual se constituye en una estrategia útil para incidir sobre los determinantes sociales de la salud, en tanto que reconoce la necesidad de direccionar recursos hacia los sectores más vulnerables analizando el contexto social, psicológico, histórico, político y económico que condiciona la salud de una Comunidad.

La falta de hábitos alimentarios saludables que contribuye a una alimentación inadecuada y por ende a una malnutrición en una comunidad, podría abordarse desde la acción integral de promoción, prevención y atención de la salud que propone la APS.

Por lo tanto, se espera que los alumnos sean capaces de promover hábitos alimentarios saludables, que prevengan enfermedades en las diferentes etapas y situaciones de la vida del ser humano.

Para facilitar este aprendizaje, es de vital importancia concebir al mismo como un proceso en el que se construye mutuamente entre el alumno y el docente y es éste último el encargado de plantear tareas que faciliten el proceso de enseñanza y aprendizaje.

Partiendo de esta premisa, el diseño de esta propuesta didáctica se plantea para favorecer la comprensión en los alumnos yendo más allá de lo que saben, alcanzando una visión exhaustiva de la asignatura; de esta manera, se logra aprender haciendo.

Ello implica lograr que los alumnos comprendan cómo debe alimentarse un adulto sano en las diferentes etapas biológicas y la importancia de prevenir enfermedades, lo cual requiere que éstos, apliquen la teoría a la práctica con una visión preventiva de enfermedades y promocionen la salud en el diseño de planes alimentarios.

ANTECEDENTES

En la búsqueda de antecedentes para la presente propuesta, es importante destacar que no se encontraron estudios acerca de la disciplina Nutrición desde el marco conceptual de la Enseñanza para la Comprensión.

Los antecedentes que se exponen a continuación son relativos a Tesis de Maestría de otros dominios, en las cuales se halla el dispositivo didáctico que se plantea en éste trabajo final.

La psicología cognitiva acumula desde hace aproximadamente cincuenta años diferentes conceptos para definir aquello que los docentes quieren que suceda en sus aulas: “aprender de verdad”.

En el Marco de estas preocupaciones, un grupo de investigadores del Proyecto Zero de la Universidad de Harvard liderados por David Perkins, Howard Gardner y Vito Perrone, realizaron un proyecto en el que investigaron la naturaleza de la comprensión; siendo conscientes de lo difícil que es emprender el camino hacia un aprendizaje comprensivo Edgar Salgado García (2012).

Esta propuesta recreada y utilizada para la enseñanza, *“se lleva a cabo en todos los niveles: desde el Inicial hasta el Universitario y en la Formación Docente en diversos países, convirtiéndose en un interesante dispositivo que permite a los educadores la reflexión acerca de la enseñanza”* Pogré Paula, Lombardi, Graciela. (2004), pag. 79.

Por lo tanto, dicha propuesta, se convierte en un interesante dispositivo que permite a los educadores la reflexión y la incorporación de esta pedagogía que conduce sin lugar a dudas, al mejoramiento de las prácticas educativas.

Existen numerosos sitios de información a los cuales se puede acceder a través de Internet donde se ofrecen encuentros, cursos, seminarios, etc.

Las áreas del saber más investigados son: arte, lengua, ingeniería, nuevas tecnologías por citar algunos ejemplos.

En Estados Unidos la escuela media es el ámbito en donde más aproximaciones a la Enseñanza para la Comprensión se presentan; en nuestro país, la preocupación parece centrarse en la Educación Superior.

En el año 2001 en Bogotá (Colombia), el Rector de la Universidad Dr. Evaristo Obregón Garcés, conjuntamente con un grupo de investigadores del Proyecto Zero de la Escuela de Postgrado de la Universidad de Harvard liderados por David Perkins y Daniel Wilson aplican la teoría de la Enseñanza para la comprensión como marco de referencia en Administración Universitaria y se llega a una construcción de un marco teórico-práctico propio, mixto, teñido de elementos interculturales colombianos y americanos que consideran de gran valor para encontrar caminos de mejoramiento continuo, de innovación y crecimiento, de identidad propia y de compromiso con el trabajo Wilson, D., en Bonet de Salgado, (2001).

En el año 2005 la Prof. María Cecilia Arellano finaliza su investigación para acceder al grado de Magíster titulado “La Enseñanza para la Comprensión en el Aprendizaje de la

Fonética y Fonología Inglesa en el Ámbito de la Formación Docente”, enmarcada en los requisitos de la Maestría en Educación Superior de la Facultad de Ciencias Humanas UNSL. Implementa un dispositivo pedagógico, didáctico, innovador propuesto por los miembros del Proyecto Cero del Colegio de Graduados de Harvard, en el espacio curricular Fonética y Fonología Inglesa II perteneciente al Profesorado de Inglés del Instituto de Formación Docente Continua de la ciudad de San Luis. El mismo surge ante las demandas de la sociedad actual que determinan la necesidad de replantear el rol docente, su práctica y su formación. Promueve en los alumnos un acercamiento más profundo, innovador y motivador hacia la esencia de la disciplina, que intenta desarrollar tanto contenidos como habilidades, estrategias y actitudes de un modo integral.

Otro antecedente para este tema en el marco de la Educación Superior en la UNSL es una tesis realizada en el año 2008 para optar al grado de Magíster titulada como “La Enseñanza para la Comprensión en Robótica. Tópicos que Implican Movimientos Controlados Numéricamente”, cuyo autor es el Ing. Oscar Daniel Moran. Esta tesis, cuyo objeto de estudio contempla la comprensión que obtienen los alumnos, a partir de actividades de comprensión diseñadas para el proceso de enseñanza y de aprendizaje, del funcionamiento del sistema de control cinemático de un robot antropomorfo. La investigación analiza situaciones sucedidas durante el dictado de la asignatura robótica en dos cohortes consecutivas con la enseñanza y el aprendizaje del funcionamiento de un robot.

En la realización de ésta investigación, se encontraron los elementos que validaron las actividades de comprensión diseñadas e implementadas, mediante la realización de una comparación entre el programa de control desarrollado por los estudiantes para la construcción del simulador del robot y el programa de control realizado por un experto para el control de un robot real Oscar Daniel Moran, (2008).

En el año 2011, se realizó una tesis para acceder al título de Magíster en el marco de la Maestría en Educación Superior correspondiente a la UNSL, titulada como “El Proceso de Comprensión del Diagnóstico Fonoaudiológico en la Formación del Licenciado en Fonoaudiología” cuya autora es la Esp. Silvia E. Martínez. Esta tesis tuvo como objetivo general “*Diseñar, implementar y evaluar un dispositivo didáctico basado en la Enseñanza para la Comprensión, en la elaboración y aplicación del Diagnóstico Fonoaudiológico*” Silvia E. Martínez (2011), pag.15. Esta investigación denoto que la adecuación de la herramienta pedagógica-didáctica favoreció la enseñanza y el aprendizaje de la temática seleccionada por otras múltiples razones: la modalidad que se implementó de evaluación diagnóstica continua, como herramienta brindó oportunidades para mejorar la enseñanza, a

través del permanente análisis del progreso de los alumnos, en pos de las metas de comprensión.

La revista Alternativas del Laboratorio de Alternativas Educativas de la Facultad de Ciencias Humanas de la Universidad Nacional de San Luis, en su N° 33, presenta numerosas experiencias realizadas en contextos latinoamericanos con el marco conceptual de Enseñanza para la Comprensión. La producción de este número contiene numerosos artículos de investigadores, que en diferentes contextos trabajan en la búsqueda de una enseñanza más profunda; que va más allá del conocimiento y que permite actuar flexiblemente, en el camino de la comprensión intelectual y humana.

MARCO TEORICO

Marco Teórico Referencial

Enseñanza para la Comprensión

En el marco de los nuevos paradigmas que sustentan a la Enseñanza para la Comprensión (EpC) y que aportan a los contenidos teóricos para enriquecer la práctica docente; éste enfoque pedagógico que se enmarca en el constructivismo, intenta contribuir a la transformación de los modelos educativos. Proporciona a los docentes, estrategias innovadoras para mejorar la enseñanza y promover una mejor comprensión por parte de los alumnos.

Pogré, Paula; Lombardi, Graciela (2004) sostienen que *“enseñar y aprender es un encuentro para potenciar lo más humano que poseemos: la capacidad de pensar, el poder de comprender”* Pogré, Paula; Lombardi, Graciela (2004), pág. 32.

La enseñanza y el aprendizaje es un proceso que debe ser entendido como un contrato tácito, compartido, entre profesor y alumno.

Se entiende a la comprensión, como una forma de conocimiento que permite al alumno, desarrollar actividades innovadoras que requieren asociación entre pensamiento y acción.

Involucra la capacidad de hacer con un Tópico, una amplia gama de actividades que consisten en explicar, realizar analogías, generalizar, ejemplificar, etc. Las que van mas allá del conocimiento o de las habilidades y estrategias.

“El Aprendizaje para la comprensión se produce por medio de un compromiso reflexivo con desempeños de comprensión que se presentan como un desafío. Estos desempeños siempre se producen, a partir de comprensiones previas y de la nueva información ofrecida

por el entorno institucional. Aprender para la comprensión, exige una cadena de desempeños de comprensión, de variedad y complejidad creciente; es pensar y actuar a partir de los conocimientos previos que el individuo tiene y de la nueva información y experiencias propuestas por el contexto institucional y social". Pogré, Paula; Lombardi, Graciela (2004), pág. 40.

La escuela para la comprensión, es aquella que enseña a pensar, alentando la innovación.

Las preguntas básicas que este marco conceptual propone son tres:

1. ¿Qué es lo que quiero que los estudiantes comprendan?
2. ¿Cómo se que comprenden?
3. ¿Cómo saben ellos que comprenden?

¿Qué es lo que quiero que los alumnos comprendan?

A los efectos de responder esta pregunta se proponen tres ideas clave:

Los **Hilos Conductores**: son las preguntas o los grandes conceptos, que ayudan al docente a expresar de manera clara y comprensible, el sentido de lo que quiere enseñar. Guían tanto el quehacer del docente como el desempeño de los alumnos y se encuentran en estrecha vinculación con los objetivos que se pretenden alcanzar.

Los hilos conductores, suelen ser la expresión entre lo que se sabe y lo que se desea comprender.

Los **Tópicos Generativos**: ayudan a identificar temas centrales en cada área o disciplina que el docente debe integrar dentro una red conceptual. Constituyen un elemento fundamental ya que se relaciona con la selección de contenidos a ser transmitidos.

Son núcleos centrales o núcleos sistémicos, de los cuales parten diversas líneas de comprensión y a partir de los cuales se pueden realizar numerosas y ricas conexiones multi e interdisciplinarias y con la realidad misma. Permiten construir redes de significados y encontrar otras vías por las cuales acceder al conocimiento; lo cual depende de la combinación de inteligencia y capacidad individual de los alumnos.

Deben ser lo suficientemente desafiantes e interesantes, para que el alumno se sienta motivado e incentivado en la búsqueda de conocimiento y además apropiadamente graduados, para que puedan relacionarlos y resignificarlos en sus estructuras mentales, con los conocimientos adquiridos previamente. Del mismo modo para el docente, deben ser significativos y apasionantes para que pueda transmitir con convicción.

Las **Metas de Comprensión**: Se refieren a los contenidos que se pretenden sean alcanzados por los alumnos ya sea: conceptuales, procedimentales o actitudinales. Orientan el proceso de Enseñanza y Aprendizaje y están estrechamente ligados y articulados con el hilo conductor y con el tópico generativo (elementos que hacen al proceso didáctico).

Constituyen aquellos aspectos del tópico generativo que el docente quiere que sus alumnos comprendan. Son las ideas, los procesos, las relaciones o preguntas que los alumnos comprenderán mejor por medio de la investigación acción o acción reflexión.

Definir las metas de comprensión de un curso no es sencillo, a veces resultan demasiado amplias de información y superficiales. Para ello se necesita de un importante esfuerzo intelectual, de un conocimiento profundo de la disciplina y además, debe plantearse en base a las características del grupo con el cual se va a trabajar.

Es importante que los docentes realicen distinciones de las diferentes metas de comprensión y que respondan al interrogante:

¿Qué es exactamente lo que queremos que los alumnos comprendan del tema?

Deben estar claramente definidas abarcar múltiples dimensiones: conocimientos, métodos de indagación y razonamiento, propósitos para el aprendizaje y formas de comunicación.

Finalmente, las metas de comprensión deben ser explícitas y públicas para compartirlas con los alumnos. Explícitas porque deben establecerse claramente de acuerdo con los intereses y necesidades de los alumnos. Públicas, porque deben ser de conocimiento pleno de la comunidad escolar, lo que permitirá que todos conozcan hacia dónde se avanza y cuánto se ha conseguido.

Deben ser centrales en la materia o área, es decir, en las ideas, modalidades de investigación y formas de comunicación y diálogo que son condicionantes indispensables para la comprensión.

Por otro lado, deben estar dispuestas en una estructura compleja para señalar sus conexiones, relaciones, lo principal y lo secundario, la capacidad de área y la capacidad específica, las competencias de año y las de un cuatrimestre o de una experiencia de aprendizaje.

¿Cómo sé que comprenden?

Desempeños o Actividades de Comprensión son los elementos más importantes del marco conceptual de la Enseñanza para la Comprensión.

Son las acciones que realizan los alumnos para desarrollar y demostrar la comprensión que se plantean de las metas.

“Si la comprensión de un tema implica la elaboración de actividades de comprensión entonces la parte central del aprendizaje para la comprensión debe ser la realización de estas actividades” Perkins, (1993), en Pogré, P.; Lombardi G. (2004), pag..43

Se trata de actividades más o menos complejas, que proporcionan a los estudiantes la oportunidad de aplicar sus conocimientos en una amplia variedad de situaciones. También exigen que demuestren su comprensión de una forma que pueda ser observada por los demás, haciendo visible su pensamiento, lo cual favorece la metacognición.

Estas actividades van más allá de los conocimientos memorísticos y rutinarios, exigen reconfigurar los conocimientos, expandir, aplicar, extrapolar, transferir, construir.

Los desempeños se diseñan en serie, es decir, debe ser una sucesión coordinada de actividades, que le brinde al alumno una guió y ejercitación gradual y constante y consistente, en retos cognitivos cada vez más complejos. Los investigadores clasifican los desempeños en tres categorías:

❖ **Desempeños preliminares:** son actividades relativamente simples, que se desarrollan al inicio de la unidad en la etapa de exploración y le permiten a los alumnos tomar contacto con el tópico generativo para comenzar a explorarlo. Además, sirven al docente para identificar, dimensionar los conocimientos previos, relacionados de los alumnos.

❖ **Desempeños de investigación guiada:** son actividades que se ejecutan al promediar la unidad, luego de haber concluido la etapa de exploración y tienen por objeto, el desarrollo de la comprensión de problemas o aspectos concretos del tópico generativo.

❖ **Desempeños finales de síntesis:** es un conjunto de actividades más complejas, tendientes a posibilitar que los estudiantes sinteticen y demuestren la comprensión lograda a través de los desempeños anteriores. Deben ser actividades que requieren del alumno, la síntesis e integración de los saberes que se han desarrollado en la unidad.

En el marco del desempeño se proporciona la información y se practican las destrezas. El docente actúa como guió itinerante, yendo de grupo en grupo y/o alumno en alumno.

Ya que los desempeños son actividades más complejas que las de simple memorización, exigen una mayor dedicación e insumen más tiempo. Por lo tanto, constituyen un verdadero problema para el docente el tomar decisiones acerca de que cuestiones merecen la pena ser trabajadas y cuáles no.

Algunos ejemplos de desempeños son: validar o falsar determinadas hipótesis, establecer conclusiones sobre un conjunto de datos, diseñar una guía para una actividad práctica.

Los tipos de desempeños se plantean con niveles crecientes de complejidad y autonomía como actividades de exploración del tópico, investigaciones guiadas y proyectos finales de síntesis.

Las siguientes, son algunas preguntas que pueden orientar para seleccionar y pulir desempeños de comprensión: ¿exigen que los alumnos demuestren las comprensiones enunciadas en las metas de comprensión? ¿Exigen que utilicen sus comprensiones en situaciones nuevas?, ¿cuestionan sus concepciones previas? ¿Promueven el uso de las formas de pensamiento propias de la disciplina en cuestión? ¿Exigen que el estudiante vaya más allá?.

Cabe destacar que no cualquier actividad es un desempeño para la comprensión. La actividad debe plantearle un desafío cognitivo –accesible- al estudiante, que lo estimule a utilizar sus saberes para poder culminar la actividad. Esta actividad además, debe diseñarse en función de las metas para la comprensión planteadas para la unidad.

¿Cómo saben ellos que comprenden?

Evaluación Diagnóstica Continua:

Es el proceso de brindar sistemáticamente a los alumnos una respuesta clara sobre su trabajo, para contribuir a mejorar sus desempeños de comprensión, favoreciendo de esta manera el proceso de enseñanza y aprendizaje en cuanto a su desarrollo y evolución.

Debe contemplar todos los elementos del proceso didáctico (tópicos, hilos, metas y desempeños). Debe contar con criterios claros, coherentes y compartidos por todos.

Los estudiantes necesitan oportunidades para reflexionar sobre sus desempeños durante el aprendizaje; de nuevos conceptos o habilidades cognitivas, y no solo al final de este aprendizaje.

Es importante destacar, que las calificaciones que obtengan, no se contraponen al proceso de evaluación diagnóstica continua: lo que importa, es como se obtuvo esa calificación, que oportunidades de retroalimentación se proporcionan y cómo los estudiantes interpretan su puntaje.

La retroalimentación puede ser formal y planificada, o informal y espontánea. Tanto en un caso como en el otro, los criterios de evaluación presentados en listas de control, deben estar claramente articulados. Estrechamente relacionados con las Metas de Comprensión de

la unidad correspondiente: las cosas que uno desea que sus estudiantes comprendan, pasarán a ser los criterios básicos que se usarán para calificar los Desempeños de Comprensión.

Comparar éstos con los criterios de evaluación, permite al docente considerar apoyos no previstos que quizás necesitarán los alumnos para alcanzar la próxima etapa.

La retroalimentación debe proporcionarse con frecuencia y provenir de diferentes perspectivas: del docente, del alumno sobre sí mismo y sobre los pares.

Esta modalidad fue pensada, como una herramienta que brinda oportunidades para mejorar la enseñanza a través del continuo análisis del progreso de los alumnos en pos de las metas de comprensión.

Para que el alumno pueda autoevaluarse, es necesario que conozca las metas de comprensión que el docente espera que alcance y los criterios con los que evaluará sus desempeños. Esto, más una retroalimentación y reflexión conjunta regular durante el proceso de aprendizaje, permitirá que la evaluación se convierta en una herramienta, que proporcione información, que permita comprender el proceso de enseñanza y aprendizaje y replantear las prácticas docentes, a fin de lograr más y mejores aprendizajes.

Las Dimensiones de la Comprensión

Para describir sistemáticamente las cualidades de la Comprensión de manera que sean válidas tanto para la especificidad disciplinaria, como en diferentes dominios, el Marco Conceptual de la Enseñanza para la Comprensión destaca cuatro dimensiones que deben ser tenidas en cuenta a la hora de plantear metas y desempeños: **Contenidos, Métodos, Propósitos y Formas de Comunicación.**

A su vez, dentro de cada dimensión, el marco describe cuatro niveles de comprensión: ingenua, de principiante, de aprendiz y de maestría.

La primera dimensión para considerar es la de los **Contenidos**. da cuenta de los conocimientos y contenidos del área o disciplina por enseñar.

Los desempeños de comprensión que un alumno tiene en ésta dimensión, varían desde la versión intuitiva sobre un tema construido a la luz de su propia experiencia, hasta el dominio de esos temas. Tal como han sido formulados por los expertos en la disciplina o el grado hasta el cual pueden moverse con flexibilidad entre ejemplos y generalizaciones, en una red conceptual coherente y rica.

El docente debe preguntarse: ¿en qué medida los desempeños de los alumnos demuestran que las teorías y los conceptos del dominio han transformado sus creencias intuitivas?, en qué medida pueden razonar los alumnos dentro de redes conceptuales,

moviéndose con flexibilidad entre detalles y visiones generales, ejemplos y generalizaciones?

La segunda dimensión es la del **Método**, esta dimensión se refiere a que el conocimiento es un proceso que sigue reglas.

Wiske, M.,S. (2006) señala que *“la dimensión de los métodos evalúa la capacidad de los alumnos para hacer uso de los métodos confiables, para construir y validar afirmaciones. El desafío que enfrentan los alumnos, es entender la lógica de la comprobación de hipótesis que gobierna el diseño experimental. Tienen que comprender que el diseño experimental está dirigido por teorías respecto de los fenómenos que abordan y que los experimentos están diseñados para comprobar si sus hipótesis son correctas, no para demostrar que lo son”* Wiske, M.,S. (2006), pag. 233-234.

Continuando con el pensamiento de Wiske, M.,S. (2006) quien expresa que *“el docente se debe preguntar: ¿en qué medida usan los alumnos estrategias, métodos, técnicas y procedimientos para construir un conocimiento confiable?”* Wiske, M.,S. (2006), pag. 231-232.

En esta dimensión un buen desempeño de comprensión permite observar que el estudiante más que percibir el conocimiento como incuestionable, construyen y validan descripciones dignas de confianza.

Los desempeños de comprensión de esta dimensión van desde poder identificar y diferenciar opiniones y creencias de lo que es conocimiento validado, hasta el logro y la aplicación de estrategias o procedimientos propios de la disciplina respaldando las afirmaciones con fundamentos coherentes.

La tercera dimensión es la de los **Propósitos**. Esta dimensión tiene que ver con la Comprensión que la producción de conocimiento siempre está vinculada a praxis concretas o a propósitos, intereses o necesidades.

Esta dimensión evalúa la capacidad de los alumnos para reconocer los propósitos e intereses, que orientan la construcción del conocimiento, su capacidad para usar el conocimiento en múltiples situaciones y las consecuencias de hacerlo.

El docente debe preguntarse: *“¿en qué medida ven los alumnos las cuestiones esenciales, los propósitos e intereses que impulsan la indagación en el dominio?, ¿en qué medida reconocen los alumnos una variedad de usos posibles de lo que aprenden?, ¿en qué medida demuestran los alumnos buen manejo y autonomía para usar lo que saben?, ¿en qué medida han desarrollado los alumnos una posición personal acerca de lo que aprenden?”* Wiske, M.S (1999), pags. 235-237.

La cuarta dimensión es la de las **Formas de Comunicación**.

Esta dimensión evalúa el uso, por parte de los alumnos, de sistemas de símbolos (visuales, verbales, matemáticos, etc.) para expresar lo que saben, dentro de géneros o tipos de desempeños establecidos, por ejemplo: hacer un informe, hacer un programa, una presentación, etc. Lo que permite al alumno comunicar aquello que comprenden.

El docente debe preguntarse: ¿en qué medida despliegan los alumnos dominio de los géneros comunicativos que abordan, tales como: escribir informes, hacer presentaciones, o hacer un programa informático?, ¿en qué medida exploran los alumnos diferentes sistemas de símbolos efectivos y creativos para representar su conocimiento, por ejemplo, usar analogías, colores, formas, movimientos?” Wiske, M.S (1999), pag. 237-239.

Niveles de Calidad de los Desempeños

La pedagogía de la comprensión, pone un énfasis especial en el reconocimiento de aquello que la persona trae como saber, o el conocimiento acerca de algo. En este sentido la clasificación de los desempeños en niveles de calidad diferente, aporta una ayuda estratégica para guiar el proceso intencional de enseñanza.

Las cuatro dimensiones muestran la naturaleza multidimensional de la comprensión. Hay dimensiones más preponderantes que otras, para determinados desempeños específicos; sin embargo, la comprensión profunda implica, la capacidad de usar el conocimiento en todas las dimensiones.

Como la profundidad de la comprensión puede variar dentro de cada dimensión, es necesario distinguir desempeños iniciales o débiles, de otros más avanzados o profundos.

Desde esta perspectiva se caracterizan cuatro niveles de comprensión para cada dimensión: **Ingenua o Intuitiva, de Novato o Principiante, de Aprendiz y de Maestría**.

Se puede decir que un **primer Nivel de Comprensión** se expresa en desempeños sostenidos por el conocimiento **Ingenuo o Intuitivo**. Es un conocimiento no reflexivo, de sentido común y suele encerrar errores o estereotipos propios del medio.

Los alumnos acceden al conocimiento captando la información que está disponible en el mundo. En este nivel, los desempeños no muestran señales de dominio, son poco reflexivos y están basados en el sentido común.

El **segundo nivel de comprensión** está integrado por desempeños que muestran una comprensión de conceptos básicos y la posibilidad de establecer algunas conexiones entre ellos.

La **Comprensión de Novatos o Principiante** depende mucho de la convalidación externa, en tanto está sostenida primordialmente por conocimientos descriptivos.

Los desempeños están basados en conocimiento disciplinares y pueden establecer relaciones entre ese conocimiento y la vida cotidiana. Demuestran un uso flexible del conocimiento basado en los modos propios del pensamiento disciplinar.

Los **desempeños de tercer nivel** constituyen la comprensión de **Aprendiz**.

Estos desempeños están basados en conocimientos disciplinares y pueden establecer amplias relaciones. Demuestran un uso flexible del conocimiento basado en los métodos propios de la disciplina.

Finalmente, **el cuarto nivel** es la **Comprensión de Maestría** constituida por desempeños integradores que demuestran la capacidad para relacionar, usar y conectar conceptos sobre la base de criterios validados, propios del área del conocimiento en cuestión.

Los desempeños de este nivel demuestran comprensión disciplinar; pueden reflejar la conciencia crítica de los alumnos acerca de la construcción del conocimiento en el dominio.

En síntesis el marco conceptual de la Enseñanza para la Comprensión implica:

- ❖ Ayudar a los alumnos a establecer conexiones entre las metas y los desempeños.
- ❖ Ser un docente guía: atender al progreso y a las dificultades de los alumnos.
- ❖ Registrar preguntas, fuentes de confusión y cuestiones que deberían ser trabajadas en grupos de discusión o clases expositivas.
- ❖ Pedir razones de las respuestas y pruebas que las respalden.
- ❖ Solicitar predicciones sobre los fenómenos en estudio.
- ❖ Solicitar reflexiones orales y escritas.
- ❖ Comunicar los criterios de evaluación.
- ❖ Brindar oportunidades para que los alumnos se autoevalúen y evalúen el trabajo de sus compañeros.

Marco Conceptual de la Disciplina Nutrición

Nutrición

Según el Dr. Pedro Escudero, la Nutrición es el resultado o resultante de un conjunto de funciones armónicas y solidarias entre sí, que tienen como finalidad; mantener la composición e integridad normal de la materia y conservar la vida, Lopez L., Suarez M., (2002).

El consejo de Alimentación y Nutrición de la Asociación Médica Americana sugiere que *“la nutrición es una ciencia que estudia los alimentos, los nutrientes, la interacción en*

relación con la salud y la enfermedad; los procesos de digestión, absorción, utilización y excreción de las sustancias alimenticias y también los aspectos económicos, culturales, sociales y psicológicos relacionados con los alimentos y la alimentación” Lopez L., Suarez M. (2002).

Por lo tanto la nutrición es el proceso que incluye un conjunto de funciones cuya finalidad primaria es proveer al organismo de energía y nutrientes necesarios para mantener la vida, promover el crecimiento y remplazar las perdidas, Lopez L., Suarez M., (2002).

Alimentación

Comprende un conjunto de actos voluntarios y conscientes que van dirigidos a la elección, preparación e ingestión de los alimentos, fenómenos muy relacionados con el medio sociocultural y económico (medio ambiente) y determinan al menos en gran parte, los hábitos alimentarios y estilos de vida (López, L., Suarez, M. 2010).

Como puede observarse a partir de las definiciones, Nutrición y Alimentación no son sinónimos, siendo imprescindible que los alumnos comprendan sus diferencias para que puedan confeccionar planes alimentarios correctos, es decir, que tengan en cuenta los factores que afectan a una y otra.

La asignatura Nutrición Normal está orientada a aportar conocimientos sobre todos los aspectos relacionados a la Nutrición Normal de las personas adultas sanas, contribuyendo a la formación de Licenciados en Nutrición con habilidad hacia el trabajo en equipo interdisciplinario y multidisciplinario, con actitud reflexiva, que sean capaces de analizar el contexto y la realidad actual de las personas, familias y comunidades, adaptarse a los mismos e intervenir eficientemente para promover hábitos alimentarios saludables con la consecuente mejora en el estado de Nutrición y Salud.

Leyes de la alimentación

López y Suarez (2010) destacan las leyes de la alimentación fundadas por el dr. Pedro Escudero, las cuales configuran el hilo conductor de la asignatura Nutrición Normal II del Adulto Sano, donde se pretende que los alumnos logren confeccionar planes alimentarios adecuados a las distintas etapas biológicas del adulto sano cumpliendo con las cuatro leyes de la alimentación. Las mismas están presentes en todas las unidades de la asignatura y son utilizadas como base para sostener la tarea y como finalidad de un plan alimentario. Por lo tanto, sirven para orientar o reorientar el camino cuando se pierda de vista el horizonte.

Las leyes fundamentales de la alimentación son:

1. Ley de la cantidad. “La cantidad de la alimentación debe ser suficiente para cubrir las exigencias calóricas del organismo y mantener el equilibrio de su balance”.

2. Ley de la calidad. “El régimen de alimentación debe ser completo en su composición para ofrecer al organismo, que es una unidad indivisible, todas las sustancias que lo integran”

3. Ley de la armonía. “Las cantidades de los diversos principios nutritivos que integran la alimentación deben guardar una relación de proporciones entre sí”.

4. Ley de la adecuación. “La finalidad de la alimentación está supeditada a su adecuación a las necesidades del organismo”.

De esta última ley surgen dos conceptos: el de **finalidad de la alimentación**, que debe satisfacer todas las necesidades del organismo; en el hombre sano debe conservar la salud y en el enfermo debe favorecer la curación y mantener el estado general.

El otro concepto es el de **adecuación**, ya que solo puede lograrse esta finalidad si la alimentación administrada se adapta al individuo que la ingiere. Esta adaptación se hará en el individuo sano en función de sus gustos, hábitos, tendencias, y de su situación socio-económica. Mientras que en el enfermo se tendrá en cuenta el estado del aparato digestivo, las perturbaciones del órgano o sistemas enfermos, los síntomas y síndromes concomitantes y el momento evolutivo de la enfermedad, López, L., Suarez, M., (2010).

Las cuatro leyes de la alimentación están relacionadas entre sí y se complementan, de modo que el abandono de una de las leyes lleva forzosamente al incumplimiento del resto. El plan de alimentación correcto es el que responde al cumplimiento de las cuatro leyes de la alimentación y se lo denomina también régimen normal, López, L., Suarez, M., (2010).

Siguiendo la línea del Dr. Escudero, se destaca que la finalidad de la asignatura Nutrición Normal II del Adulto Sano es que los alumnos comprendan el rol del Licenciado en Nutrición en el manejo de personas y comunidades sanas y que puedan valorar la alimentación saludable como eje central en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles y promoción de la salud.

Como su nombre lo indica, la asignatura Nutrición Normal II del Adulto Sano, se centra en la población sana, por lo tanto, es evidente la necesidad de comprender con claridad la definición de Salud. Los alumnos deben considerar a la Salud desde un enfoque integral y confeccionar planes alimentarios que favorezcan la promoción de la salud y prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles.

Salud

El concepto de salud es entendido de diversas maneras. Según diversos enfoques sobre el tema, ha habido una evolución histórica en el pensamiento sobre la salud y la enfermedad, como así también de los modos de conservarla o recuperarla. Mientras los griegos de la antigüedad hicieron de la salud un culto, a partir del momento en que la ciencia helenística se implanta en Europa el interés se vuelca hacia la enfermedad y lo normal pasa a ser la ausencia de síntomas patológicos. En el transcurso del siglo XX pueden identificarse dos momentos importantes en las definiciones sobre salud:

a. Uno ocurre en la primera mitad, cuando la medicina se subordina a la biología

b. El otro momento corresponde ya a la segunda mitad del siglo, cuando la salud comienza a concebirse como un proceso dinámico y variable de equilibrio entre el organismo humano y su ambiente total, haciéndose resaltar entonces, la influencia de los factores históricos, políticos, económicos y sociales. Se habla entonces del **proceso salud-enfermedad**, Posgrado en Salud Social y Comunitaria. Módulo I: Salud y Sociedad. Unidad 1. Programa Médicos Comunitarios. Subsecretaría de Prevención y Control de Riesgos. Ministerio de Salud de la Nación, (2010), pag. 26-30.

A continuación se presentan definiciones de Salud según diferentes autores desde las diferentes concepciones:

- *“Estado de adaptación al medio y capacidad de funcionar en las mejores condiciones en este medio”* Dubas, (1995).

- *“Es el grado en el que una persona o grupo es capaz de llevar a cabo sus aspiraciones y de satisfacer sus necesidades y por otro lado de enfrentarse al ambiente. La salud es un concepto positivo que comprende recursos personales y sociales así como capacidades físicas adecuadas”* OMS Europea, (1989).

Con el correr de la historia la conceptualización de la salud fue sufriendo modificaciones, hasta que en el siglo XX surge el modelo de Campo de la Salud, propuesto por Marc Lalonde, quien establece que la salud estaría influenciada por cuatro determinantes.

1. **BIOLOGÍA HUMANA:** Incluye todos los hechos relacionados con la salud, tanto física como mental que se manifiesta en el organismo como resultado y consecuencia de la biología del ser humano y de la constitución orgánica del individuo, incluye la herencia (genética), los procesos de maduración y envejecimiento de los distintos aparatos del organismo (aparato circulatorio, respiratorio, cardiovascular, etc)

2. MEDIO AMBIENTE: Incluye todos los factores relacionados con la salud que son externos al cuerpo humano y sobre los cuales las personas tienen poco o ningún control (inocuidad del agua, contaminación del aire, etc).

3. ESTILO DE VIDA: Representa el conjunto de decisiones que toma el individuo con respecto a su salud y sobre los cuales ejerce cierto grado de control (Ej. Malos hábitos alimentarios, adicciones, violencia, etc).

4. ORGANIZACIÓN DE LOS SISTEMAS DE SALUD: Consiste en la cantidad, calidad, orden y relaciones entre las personas y los recursos en la atención y prestación de la salud a la población (cantidad de profesionales, de servicios, de hospitales, de medicamentos, etc).

Estos componentes se identificaron mediante el examen de las causas y los factores básicos de la morbilidad y mortalidad en Canadá dando como resultado el análisis del modo en que cada elemento afecta el grado de salud del país, Posgrado en Salud Social y Comunitaria. Módulo I: Salud y Sociedad. Unidad 1. Programa Médicos Comunitarios. Subsecretaría de Prevención y Control de Riesgos. Ministerio de Salud de la Nación, (2010), pag. 38.

Atención Primaria de la Salud

Desde 1978, se dio status prioritario y reconocimiento conceptual a la **Atención Primaria de la Salud (APS)**, propuesta en la Conferencia Internacional celebrada en Alma-Ata en el año 1978.

Así queda reconocida en el campo de la Salud Pública:

“Existe una Política de Salud definida y aceptada por casi todos los países del mundo en la Asamblea de la OMS, en 1977, denominada “Salud para todos en el año 2000”. En 1978, en la reunión de Alma-Ata, quedó establecido que para llevar a cabo dicha política era necesaria una estrategia específica, distinta a las utilizadas hasta entonces. Esta estrategia se definió como atención primaria de la salud (APS), la que no se debe confundir con el primer nivel de atención o con los servicios básicos de salud” Kroeger, A y Luna, R., (1992).

Prevención de enfermedades

La prevención de la enfermedad abarca las medidas destinadas no solamente a prevenir la aparición de la enfermedad, tales como la reducción de los factores de riesgo, sino también a detener su avance y atenuar sus consecuencias una vez establecida, OMS, Ginebra, (1984).

Tipos de Prevención: Primaria, Secundaria y Terciaria

Salvador, J. (1989) distingue entre diferentes tipos de prevención: primaria, secundaria y terciaria. Se entiende por *prevención primaria* “*todo aquello que se hace con objeto de disminuir la incidencia de una enfermedad o trastorno en una determinada población, reduciendo de este modo el riesgo de que aparezcan nuevos casos.*”

Las *medidas preventivas secundarias* comprenden “*todo aquello cuyo objetivo consiste en disminuir la existencia de una enfermedad en una población reduciendo su evolución y tiempo de duración, al mínimo posible. Ante la probabilidad de cierta aparición de un trastorno o enfermedad se actúa evitándolo o paliándolo al máximo en sus efectos.*”

Las *medidas preventivas terciarias* se definen como “*...todo aquello que se hace con objeto de disminuir la incidencia de las incapacidades crónicas en una población, procurando que las invalideces funcionales, consecuencias de la enfermedad, sean las menos posibles*” Salvador, J., (1989).

Aunque se centre la mirada en uno de los niveles descriptos, no debería olvidarse el resto que conforma el conjunto. Lo válido realmente resulta ser la propia concepción de prevención, que aunque se esté realizando un tratamiento, debe estar presente.

Las prácticas de prevención no se pueden quedar entonces amarradas a viejos problemas y esquemas, insistiendo fundamentalmente y apenas en lo que muchos llaman los “*comportamientos sanos*” (Kasl S.V. Cobb S. 1966), que se asocian a diversos aspectos, ámbitos y procesos vitales del ser humano.

Abrir nuevas perspectivas en este sentido implica la realización de un análisis crítico que pasa por el sostén conceptual, técnico e instrumental que avalan estas prácticas.

Desde el punto de vista de los sujetos involucrados, la Prevención recoge a individuos y grupos sociales específicos, los cuales por sus características son susceptibles de adquirir enfermedades también específicas. Implementar las medidas de Prevención por ser precisas, específicas y puntuales genera menos costos y los resultados se dan a corto y mediano plazo. Diferente a lo que ocurre en la Promoción, proceso que requiere crear condiciones favorables para la salud y la vida, por lo tanto, sus resultados son a largo plazo.

Promoción de la Salud

La Promoción de la Salud es el proceso que permite a los individuos y las comunidades estar en condiciones de ejercer un mayor control sobre los determinantes de su salud y de ese modo, mejorar el estado de la misma. Proceso en el que es fundamental que exista una

participación comunitaria efectiva en la identificación y definición de los problemas de salud y en las medidas a adoptar para solventarlos, EURO-OMS, (1987).

Promoción de Salud es una forma de entender la Salud Pública, de pensar en salud (OMS, 1986) donde se entiende que algunas ideas e instrumentos son realmente importantes para interpretar y mejorar la salud de la gente.

Aspectos relevantes que están contenidos en la Carta de Ottawa (1986), en los llamados “campos de acción” de la Promoción de la Salud. Estos campos de acción de la “Carta de Ottawa”, son la estrategia propuesta para mejorar la salud. Comprenden: “elaborar políticas públicas saludables”, “fomentar estilos de vida y crear un medio ambiente favorable para la salud”, “fortalecer la acción social en salud” y “reorientar los servicios sanitarios”.

De acuerdo con la Organización Panamericana de la Salud (1996): *“la promoción de la salud puede sintetizarse a través de los siguientes principios generales: implica trabajar con la gente, no sobre la gente, empieza y acaba en la comunidad local, está encaminada hacia las causas de la salud, valora tanto el interés por el individuo como por el medio ambiente y subraya las dimensiones positivas de la salud y afecta a todos los sectores de la sociedad”*.

PROYECTO: PROGRAMACION DIDACTICA: “Un Dispositivo Didáctico Innovador para la asignatura Nutrición Normal II del Adulto Sano desde el Marco Conceptual de la Enseñanza para la Comprensión”

Antes de comenzar a describirla resulta pertinente mencionar algunos datos identificatorios de la asignatura Nutrición Normal II del Adulto Sano que a continuación se detallarán:

Datos identificatorios e Introducción

Los cursos *Nutrición Normal I del Adulto Sano* y *Nutrición Normal II del Adulto Sano* pertenecen a la curricula de segundo año de la carrera Licenciatura en Nutrición. La mencionada carrera de la Universidad Nacional de San Luis pertenece a la Facultad de Ciencias de la Salud. La carrera tiene una duración de 5 años, fue creada en el año 2010, por lo que tuvo su primera cohorte en el año 2015.

La asignatura Nutrición Normal I se desarrolla en el primer cuatrimestre con 4 (cuatro) horas de crédito semanal y 60 (sesenta) horas totales. Los requisitos para cursar como alumno regular son: tener **REGULARIZADAS** Anatomía y Fisiología I y Química Biológica y **APROBADA** Antropología y Fundamentos de la alimentación y para rendir el examen final o promocionar deben tener **APROBADAS** las 3 (tres) materias antes mencionadas.

En cuanto a Nutrición Normal II se desarrolla en el segundo cuatrimestre, con 5 (cinco) horas de crédito semanal y 70 (setenta) horas totales, los requisitos para cursar como alumno regular son: tener **REGULARIZADAS** Química Biológica, y Nutrición Normal I y **APROBADAS** Anatomía y Fisiología I y Química Orgánica y para rendir el examen final o promocionar deben tener **APROBADAS** las 4 (cuatro) asignaturas antes mencionadas.

El equipo docente está conformado por tres Licenciadas en Nutrición que desempeñan funciones de Profesor Responsable y Auxiliar de primera respectivamente.

Las clases de ambas materias se dividen en teóricas/prácticas, no obligatorias, a cargo de la profesora responsable y clases prácticas obligatorias a cargo de las docentes auxiliares.

Los trabajos prácticos son confeccionados, ejecutados y evaluados por las profesoras auxiliares, incluyendo clases teóricas y prácticas, algunas actividades se realizan en clase y otras fuera de la misma.

Se proponen tareas que rescaten conocimientos previos, que generen reflexión, debates e intercambios de ideas, además, los alumnos deben interpretar un determinado caso y aplicar las teorías para la confección de un plan alimentario saludable y adecuado, usando sus criterios y argumentando la toma de decisiones en cada etapa de la planificación.

En el presente trabajo se realizará la Programación Didáctica para la Comprensión de los Trabajos de la asignatura Nutrición Normal II del Adulto Sano.

Nutrición Normal II del Adulto Sano

La finalidad de la asignatura consiste en que los alumnos comprendan el rol del Licenciado en Nutrición en el manejo de personas y comunidades sanas y que puedan valorar la alimentación saludable como eje central en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles.

El curso pretende brindar al futuro Licenciado en Nutrición los conocimientos, las habilidades y las herramientas necesarias para que puedan confeccionar planes alimentarios adecuados a las distintas etapas biológicas del adulto sano, respetando las leyes de la alimentación. Es decir, lograr planes alimentarios que aporten la cantidad necesaria de nutrientes, que sean completos en su composición, que guarden una relación de proporción entre sí y que sean adecuados, considerando por un lado las características biológicas y por otro, el contexto, la historia y todos los factores que influyen en la nutrición y alimentación.

Cabe aclarar que la asignatura Nutrición Normal II del Adulto Sano es la continuidad de la Nutrición Normal I, en ésta última, se brindan todos los aportes teóricos sobre nutrición, alimentación, salud, antropometría, energía, hidratos de carbono, proteínas, lípidos, vitaminas, minerales, agua, electrolitos y alcohol, el siguiente paso es la confección de planes alimentarios, en los distintos grupos biológicos o estados del adulto sano.

La parte práctica de Nutrición Normal II consiste justamente en la confección de un plan de alimentación saludable, lo que requiere identificar los conceptos básicos que sustenten y guíen el desarrollo del trabajo. Además, es necesario interpretar el caso teniendo en cuenta situación biológica, diagnóstico nutricional y todos los factores ambientales que influyen o determinan la alimentación, información que será obtenida a partir de una anamnesis completa y de la evaluación nutricional.

Luego deberán elaborar cada parte de la fórmula sintética y desarrollada realizando los cálculos necesarios, la planificación resultante debe ser adecuada al caso presentado, lo cual solo será posible si se cumple con las 4 leyes de la alimentación.

El aprendizaje será significativo; si los alumnos pueden relacionar su producción con la prevención de enfermedades y la promoción de la salud.

Para completar la información sobre Nutrición Normal II del Adulto Sano se ofrece a continuación el programa de la asignatura.



Ministerio de Cultura y Educación
Universidad Nacional de San Luis
Facultad de Ciencias de la Salud
Departamento: Nutrición
Área: Ciencias Profesionalizantes

**Curso: Nutrición Normal II del Adulto Sano
Año 2016**

Programa de la asignatura

Ubicación en el Plan de Estudios: 2º año

Característica: Cuatrimestral

Modalidad: Teórico/práctico y practico

Crédito horario:

- Total: 70 horas
- Semanal: 5 horas
 - 2 horas teóricas/practicadas
 - 3 horas practicas

Requisitos:

- Para cursar como alumno regular, tener
 - **REGULARIZADAS:** Química Biológica, y Nutrición Normal I
 - **APROBADAS:** Anatomía y Fisiología I y Química Orgánica
- Para rendir el examen final o promocionar, tener
 - **APROBADAS:** Química Biológica, Nutrición Normal I, Anatomía y Fisiología I y Química Orgánica

Clases: lunes (20 a 22hs) y miércoles (19 a 22hs). Aula magna

Clases de consulta: 17:30 a 20hs

Equipo Docente

- Profesora Responsable: Lic. María Silvana Gavioli
- Auxiliares de primera:
 - Lic. Vanina Garro Bustos
 - Lic. Ivana Rodriguez Salama

Evaluación:

- Diagnóstica: al inicio del ciclo lectivo, con el objeto de evaluar los contenidos de asignaturas correlativas previas
- Participación, realización y presentación de trabajos prácticos e informes elaborados en forma grupal e individual.
- Presentación final de carpeta de trabajos prácticos (individual)
- Trabajos Prácticos evaluables: 5 (cinco)
- Exámenes: 3 (tres)
 - Diagnóstico: 1 (uno)
 - Parciales acumulativos: 2 (dos)
 - Recuperatorios: 2 (dos)

- Recuperatorios especiales: 2 (dos)

REGULARIDAD:

- Correlativas anteriores regularizadas
- 80% de asistencia a los trabajos prácticos
- 80% de trabajos prácticos realizados, presentados y aprobados
- 100% de parciales aprobados con 4 puntos o más
- Presentación de carpeta de trabajos prácticos (individual)

PROMOCION:

- Estar inscriptos en categoría de regulares o tener aprobadas al finalizar el ciclo lectivo las asignaturas correlativas anteriores
- 80% de asistencia a los trabajos prácticos
- 80% de trabajos prácticos realizados, presentados y aprobados
- 100% de parciales aprobados con 7 (siete) puntos o más
- Realización y aprobación de un trabajo final de integración de la asignatura
- Presentación oral del trabajo final, en coloquio integrador
- Presentación de carpeta de trabajos prácticos (individual)

FUNDAMENTACION

La presente asignatura está orientada a la formación de profesionales Licenciados en Nutrición en los aspectos referidos a la Nutrición Normal de personas adultas sanas, que involucran la comprensión de los procesos fisiológicos, así como las influencias del medio en el que el individuo se desenvuelve, para integrarlos en la confección de planes alimentarios tendientes al logro de una eficiente relación Nutrición/Salud.

OBJETIVOS GENERALES:

- Valorar la importancia de la relación Nutrición/Salud
- Reconocer el rol del Licenciado en Nutrición en el manejo de personas y comunidades de adultos sanos, en diferentes situaciones.
- Comprender y revalorizar el rol de la alimentación en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles
- Adquirir destreza en el cálculo y determinación de necesidades de energía y nutrientes para individuos en diferentes situaciones biológicas, culturales y socioeconómicas.
- Aplicar los conocimientos adquiridos en el trazado de regímenes equilibrados que cubran los requerimientos individuales de personas adultas sanas.
- Desarrollar una actitud científica que le permita evaluar y actualizar la información en Nutrición.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Reconocer los alimentos, su composición y valor energético
- Distinguir los nutrientes, sus funciones y requerimientos
- Adquirir destrezas en el manejo de tablas de composición química de alimentos, estándares de peso e ingestas dietéticas de referencia

- Realizar la conversión de diferentes unidades de energía y nutrientes
- Comprender e integrar los procesos de alimentación y nutrición
- Identificar las leyes de la alimentación
- Enumerar y fundamentar las pautas para una alimentación saludable
- Integrar conocimientos y técnicas para el trazado de regímenes normales para adultos sanos, y en diferentes situaciones (deportistas, ancianos, etc.)
- Demostrar criterio propio en la elaboración de regímenes

CONTENIDOS CONCEPTUALES

UNIDAD 1: Plan de Alimentación Normal: Definición/concepto. Leyes de la alimentación. Prescripción. Fórmula Sintética, caracteres físico/químicos. Peso Bruto, Peso Neto, Factor de Corrección, Equivalencias y Proporciones. Componentes de la fórmula sintética: Fórmula Calórica. Cociente y Porcentajes. Valor Vitamínico y Mineral, Fibra, caracteres del régimen. Realización Dietética. Fórmula Desarrollada: realización, componentes. Distribución diaria, Menú. Requerimiento Calórico Basal y Diario. Componentes del Gasto energético.

UNIDAD 2: Edad Adulta: Clasificación de la OMS. Adulto Joven y Mayor. Características fisiológicas. Requerimientos y Recomendaciones. Alimentación y Hábitos Saludables del Adulto. Prevención de enfermedades crónicas no transmisibles

UNIDAD 3: Nutrición y Envejecimiento: Cambios Fisiológicos, Psicológicos y Bioquímicos. Recomendaciones y Requerimientos nutricionales. Alimentación de los adultos mayores: Características del plan alimentario. Prevención de las deficiencias.

UNIDAD 4: Salud de la mujer/Climaterio y Menopausia: Recomendaciones alimentarias. Prevención de factores de riesgo. Implicancia nutricional del Calcio. Prevención de la desmineralización ósea. Implicancia nutricional de los fitoesteroles y fitoestrógenos. Requerimientos y recomendaciones nutricionales.

UNIDAD 5: Nutrición y Actividad Física: diferencia entre Deporte y Actividad física. Tipo de actividad física según recomendaciones de la OMS. Actividad Física como hábito saludable de vida. Fisiología del ejercicio. Sistemas energéticos durante el ejercicio. Metabolismo del esfuerzo: glucógeno muscular y hepático. Reposición de las reservas. Composición corporal en el deporte. Alimentación del deportista: dieta de entrenamiento, gasto energético durante la actividad física, recomendaciones de macronutrientes en la alimentación del deportista. Alimentación antes, durante y después de la competencia. Índice glucémico y carga de carbohidratos. Hidratación en el deporte.

UNIDAD 6: Nutrición en el Vegetariano: Características, clasificación. Deficiencia Nutricional. Complementación Proteica. Recomendaciones y prevención de deficiencias.

PLAN DE TRABAJOS PRACTICOS

Nº 1: Plan de alimentación saludable para el adulto mayor

Nº 2: Plan de alimentación saludable para el adulto joven y adulto maduro

Nº 3: Plan de alimentación saludable para la mujer en etapa de climaterio o menopausia

Nº 4: Plan de alimentación saludable para el adulto vegetariano

Nº 5: Plan de alimentación saludable para el adulto deportista

ESTRUCTURA METODOLÓGICA

La Currícula se desarrollará de modo que teoría y práctica guarden una estrecha relación temporal, así como una secuencia lógica y creciente de los contenidos.

Se promoverá la participación activa de los alumnos, generando la discusión y reflexión a partir de sus conocimientos previos.

Se propiciará el trabajo grupal con el fin de enriquecer la experiencia educativa, así como mejorar la comunicación y cooperación entre sus integrantes.

Se aplicarán diversas técnicas: clases teórico-prácticas, pequeños grupos de discusión, puestas en común, exposición y resolución de casos

Se propiciará la lectura de artículos de actualidad para promover la reflexión y adopción de criterio en la resolución de casos.

CONTENIDOS PROCEDIMENTALES

- Uso de tablas: composición química de alimentos, estándares de peso y masa corporal, recomendaciones nutricionales
- Prácticas de mediciones antropométricas y cálculo de índices: circunferencia de la muñeca y la cintura, peso, talla, peso relativo, índice de masa corporal
- Reconocimiento y cálculo del tamaño y peso de las porciones de alimentos comunes, medida de capacidad de los utensilios, equivalencias y reemplazos
- Cálculo de necesidades energéticas por los distintos métodos.
- Régimen normal: confección de fórmula sintética, desarrollada y distribución. Cálculos de cocientes y porcentajes: Cociente ceto-anticetógeno; porcentajes: de proteínas animales y de alimentos protectores; cociente gramo/kcaloría. Interpretación de los resultados
- Confección de menús teniendo en cuenta: color, sabor, aroma, textura, temperatura, valor nutricional y de saciedad, etc. Combinaciones de alimentos. Cantidades por persona por día y por preparación.
- Realización de anamnesis alimentaria. Aplicación de diversas técnicas, interpretación de la información recabada
- Lectura, análisis y discusión de las pautas dietéticas. Elaboración de un informe, y presentación
- Realización de un régimen de alimentación completo y adecuado para una mujer durante el climaterio. Cálculo del aporte de calcio y fibra
- Realización de un régimen de alimentación completo y adecuado para un anciano. Cálculo del aporte de ácidos grasos y colesterol.
- Cálculo y confección de regímenes para deportistas en sus distintas etapas.
- Confección de plan ovo-lacto-vegetariano, valorando el aporte de nutrientes críticos.
- Lectura, análisis y discusión de los programas de prevención de enfermedades crónicas no transmisibles.

BIBLIOGRAFIA

- 1) "Conocimientos actuales en Nutrición" O.P.S. 6ª Edición - 1991
- 2) "Fundamentos de Nutrición Normal". C. Robinson
- 3) "Nutrición y Dieta" de Cooper, Anderson y cols. 17ª Ed. Interamericana - 1985

- 4) "Manual de Alimentación y Dietoterapia" J. Goldvarg y M. Picco -1958
- 5) "Nutrición" Pupi, Brusco, Salinas, y cols. López Libreros- 1986
- 6) "Lecciones de Nutrición" Zavala, Salinas y otros Ed. Eudeba-1988
- 7) "Compendio de Nutrición Normal" Brusco, López Libreros - 1980
- 8) "La Nutrición en la Salud y en la Enfermedad" Goodhart y Shills E. Salvat - 1987
- 9) "La Alimentación del Deportista" P. Konopka. Ed Martínez Roca- 1988
- 10) "Tratado de Fisiología Médica" Guyton. 8° Ed., Interamericana McGraw- Hill-1991
- 11) "Alimentación del Deportista" E. González Ruano Ed. Marban 1986
- 12) "Nutriología Medica" E. Casanueva y cols. Ed. Panamericana - 1995
- 13) "La correcta alimentación del deportista" - M. Hamm. Ed. Hispano Europea-1996
- 14) "Alimentación y práctica deportiva" - Garnier y Waysfeld - Ed. Hispano Europea - 1995
- 15) "Conocimientos actuales sobre nutrición"- ILSI/OPS - 1997
- 16) "Nutrición y Dietoterapia" de Krause - Mahan y Arlin - 8* Ed. - Ed. Interamericana - 1997
- 17) "Dietética y Dietoterapia" Larrañaga y cols. Ed. Mc Graw-Hill Interamericana - 1997
- 18) "Handbook of Clinical Dietetics"- 2* Ed. The American Dietetic Association
- 19) "Dietética y Nutrición" - Manual de la Clínica Mayo - Nelson y cols. Ed. Harcourt Brace 1997
- 20) "Bioquímica Dinámica" Borel y cols, Ed. Médica Panamericana-1989
- 21) "Modern Nutrition in Health and Disease" 8* Ed. - Shills y cols. 1994
- 22) "Food, Nutrition and Diet Therapy", Mahan y Escott-Stump, 10° Ed. Saunders- 2000
- 23) "Fisiología y Fisiopatología", Guyton y Hall, 6° Ed. Mc Graw- Hill Interamericana- 1998
- 24) "Tratado de Nutrición" Hernández Rodriguez y Sastre Gallego. Ed. Díaz de Santos - 1999
- 25) "Metabolismo de los hidratos de carbono y su importancia clínica", Sierra Ariza, Ed. Kimpres- 1999
- 26) "Metabolismo de los Lípidos y su importancia clínica", Dr. Sierra Ariza, Ed. Kimpres - 1999
- 27) "Nutrición en Salud y Enfermedad" Maurice Shills y cols. Vol I y II. 9° edición. Ed. McGraw Hill-2002.
- 28) "Nutrición" Alpers, Stenson & Bier, 4° Edición - Ed. Marbán -2003
- 29) "Guías Alimentarias para la Población Argentina" Año 2000
- 30) "Informe de Situación de Salud 2003". Edición Preliminar.
- 31) "Fundamentos de Nutrición Normal" López L.; Suarez M. Ed. El Ateneo. 2002
- 32) "Nutrición y Salud Pública. Métodos, bases científicas y aplicaciones". Serra Ll.; Aranceta J.; Mataix J. Ed. Masson, 1995
- 33) "Nutrición y Alimentación Humana" Mataix Verdú. Ed. Océano ergon 2002

DESCRIPCIÓN DEL DISPOSITIVO DIDÁCTICO CONSTRUIDO PARA LA COMPREENSIÓN DE LOS PLANES DE ALIMENTACION SALUDABLE PARA EL ADULTO SANO.

La presente PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA intenta dar respuesta a los siguientes interrogantes básicos:

- **PIMERA PREGUNTA: ¿Qué espero que comprendan sobre el tema?**
- **SEGUNDA PREGUNTA: ¿Cómo sé que lo comprenden?**
- **TERCER PREGUNTA: ¿Cómo saben ellos que comprenden el tema?**

PRIMERA PREGUNTA: ¿Qué es lo que quiero que los alumnos comprendan?

A efectos de responder ésta pregunta se proponen tres ideas clave:

1. HILO CONDUCTOR: “¿Cómo se realiza un Plan Alimentario Saludable”

La intención es que dicho hilo conductor facilite el desarrollo de las actividades a lo largo de todo el curso. Como ya se mencionó, Nutrición Normal II, pretende que los alumnos logren confeccionar planes alimentarios adecuados a las distintas etapas biológicas del adulto sano, por lo tanto, las Leyes de la Alimentación deben estar presentes en todas las unidades de la asignatura y serán utilizadas como base para sostener la tarea y como finalidad de un plan alimentario, además, servirán para orientar o reorientarla el camino cuando se pierda de vista el horizonte.

Con la intención de favorecer el aprendizaje significativo, se utilizaran las Leyes de la alimentación para hilar todos los contenidos, facilitando la comprensión, interrelación e integración de los mismos.

Así como el hilo conductor sirve para hilar los contenidos, es necesario ponernos en acción con respecto a las tareas a desarrollar, lo cual, nos obliga a identificar temas centrales de la disciplina que los docentes debemos integrar dentro de una red conceptual.

2. TÓPICOS GENERATIVOS: ¿Cómo se logra elaborar un Plan de Alimentación Saludable adecuado a las distintas etapas biológicas del Adulto Sano?

La confección de un Plan de Alimentación Saludable implica el cumplimiento de las leyes de la alimentación, es decir que el tópico generativo elegido, posee una clara relación con el hilo conductor.

Se seleccionó un tópico que sea accesible en términos cognitivos para el estudiante, que lo pueda relacionar con sus saberes científicos anteriores, obtenidos en Nutrición Normal I, así como en todas las asignaturas correlativas.

Llevar a cabo un Plan Alimentario es algo inherente al ser humano, por lo tanto, también es posible relacionar el tópico con la experiencia propia.

El principal interés de la mayoría de los estudiantes de Nutrición es: aprender a realizar un Plan Alimentario, mal llamado dieta, por lo que se considera que el tópico seleccionado implicara un gran desafío para los alumnos, despertara su curiosidad y aumentara el compromiso con su propio aprendizaje.

La confección de un Plan Alimentario, precisa relacionar los campos de la Química, Biología, Anatomía, Fisiología, Antropología de la Alimentación, Evaluación Nutricional, así como: integrar aspectos sociales, económicos, educativos y culturales, entre muchos otros, por lo que el tópico en cuestión, posee conexiones fuera de la disciplina y puede relacionarse fácilmente con todas las asignaturas a lo largo de la carrera.

Teniendo en cuenta los campos antes mencionados, es posible visualizar que también permite conexiones con otras áreas, es decir, que constituye un nudo de multiconectividad a partir del cual se pueden abrir distintas líneas de comprensión.

3. METAS DE COMPRENSIÓN: ¿Qué estrategias, habilidades y procedimientos se ponen en juego para lograr tal adquisición y/o aprendizaje?

Definir un tópico generativo no es suficiente para saber qué es lo que se quiere enseñar. Es necesario decidir qué conceptos, qué habilidades, qué procedimientos, qué aspectos del tópico se pretende lograr con los alumnos, para ello se confeccionaron las siguientes metas de comprensión que están entrelazadas entre sí, fueron pensadas en relación con el hilo conductor y el tópico generativo e intentan definir lo que se pretende enseñar, se tuvo en cuenta explicitarlas de modo claro y sencillo para los alumnos.

Las metas en relación a las dimensiones fueron confeccionadas en función del hilo conductor y son útiles para cada trabajo práctico propuesto.

A continuación se detallan:

a) Respecto al contenido

¿Qué es la nutrición, alimentación, salud y las diferentes etapas biológicas del ser humano (adulto joven y maduro, adulto mayor, mujer en etapa de climaterio o menopausia, adulto que realiza actividad física, adulto vegetariano)?

¿Qué factores determinan la confección de un plan alimentario?

¿Cómo debe ser un plan de alimentación saludable?

¿Qué leyes debe cumplir?

¿Cuál es su importancia?

¿Qué función cumple desde el punto de vista de la prevención de enfermedades y promoción de la salud?

¿Cuáles son las partes de un Plan Alimentario Saludable y qué relación deben guardar entre sí?

b) Respecto al método

¿Cómo se planifica el Plan Alimentario Saludable?

¿Cómo se realiza un Plan Alimentario Saludable según las diferentes etapas biológicas del ser humano (adulto joven y maduro, adulto mayor, mujer en etapa de climaterio o menopausia, adulto que realiza actividad física, adulto vegetariano)?

¿Qué estrategias o procedimientos utiliza a la hora de confeccionar un plan alimentario?

c) Respecto a los propósitos

¿Para qué se realiza un Plan de Alimentación Alimentaria Saludable?

¿Qué importancia tiene el Plan Alimentario en la promoción de la salud?

¿Qué importancia tiene el Plan Alimentario en la prevención de enfermedades?

d) Respecto a la comunicación

¿Cómo se expone, presenta el Plan Alimentario Saludable?

¿Qué recursos utiliza en la exposición del Plan Alimentario?

¿Utiliza un vocabulario apropiado a la disciplina?

¿Demuestra seguridad y hace las conexiones adecuadas en cada una de las dimensiones?

SEGUNDA PREGUNTA: ¿Cómo sé que lo comprenden?

En cuanto a los **desempeños de comprensión**, se proponen actividades donde se desalientan las acciones de reproducción que solo apelen a la memoria. No es el objetivo que los alumnos aprendan un modo de realizar un plan alimentario y lo usen como modelo para aplicarla de forma mecánica en todos los casos.

Para que los alumnos puedan desarrollar desempeños que demuestren su comprensión deberán:

- Retomar los conocimientos previos en relación a los conceptos centrales
- Construir sus propios conceptos salud y adulto joven, maduro, adulto mayor, mujer en etapa de climaterio o menopausia, adulto que realiza actividad física, adulto vegetariano y aplicarlo a su producción.
- Identificar aspectos saludables y no saludables de su propia experiencia alimentaria

- Reconocer los principales factores que afectan la alimentación de los adultos sanos en sus diferentes etapas biológicas o situaciones de vida.
- Diseñar una anamnesis clínica y alimentaria completa
- Calcular e interpretar un diagnóstico nutricional
- Realizar una fórmula sintética y desarrollada que cumpla con las leyes de la alimentación.
- Argumentar las decisiones tomadas en cada etapa de la planificación
- Descubrir la propia capacidad o la dificultad para confeccionar un Plan de Alimentación Saludable
- Elaborar recomendaciones alimentarias y de estilos de vida tendientes a prevenir enfermedades y promocionar la salud de las personas
- Reflexionar sobre el rol de la alimentación saludable

Cabe destacar que estas actividades serán descritas en los cuadros 1, 2 3 4 y 5 correspondientes a cada Trabajo Práctico de cada Unidad.

TERCERA PREGUNTA: ¿Cómo saben ellos que comprenden?

A efectos de saberlo se propone la **Evaluación Diagnóstica Continua**. Esta fue pensada como una herramienta que brinda oportunidades para mejorar la enseñanza, a través del continuo análisis del progreso de los alumnos, en pos de las metas de comprensión.

Para que el alumno pueda autoevaluarse, es necesario que conozca las metas para la comprensión que el docente espera que alcance y los criterios con los que evaluará su desempeño.

Esto más una retroalimentación y reflexión continua, regular durante el proceso de aprendizaje, permite que la evaluación se convierta en una herramienta que proporcione información, que permita comprender el proceso de enseñanza y el de aprendizaje y replantear las prácticas docentes a fin de lograr más y mejores aprendizajes.

Los criterios de evaluación serán compartidos por docentes y alumnos, y se estipulan instancias de devolución tanto grupales como individuales oportunamente.

Asimismo, se elaboró una Matriz Analítica Instruccional o Rúbrica (cuadro N°6) para evaluar los trabajos prácticos de la asignatura en estudio.

A continuación se expone la Programación Didáctica de cada Trabajo Práctico (cuadro N° 1, 2, 3, 4 y 5) que contiene el Programa de la Asignatura Nutrición Normal II.

Cuadro N° 1: Programación didáctica del Trabajo Práctico N°1 de la asignatura Nutrición Normal II del Adulto Sano

¿Qué es lo que quiero que los alumnos comprendan?				
TÓPICOS GENERATIVOS: ¿Cómo se logra elaborar un Plan de Alimentación Saludable para el Adulto Joven y Maduro?				
HILO CONDUCTOR: ¿Cómo se realiza un Plan Alimentario Saludable?				
METAS DE COMPRENSIÓN				
¿Qué estrategias, habilidades y procedimientos se ponen en juego para lograr tal aprendizaje?				
a) Respecto al contenido.	b) Respecto al método	c) Respecto a los propósitos	d) Respecto a la comunicación	
¿Qué es la nutrición, alimentación, salud y la etapa del Adulto Joven y Maduro? ¿Qué factores determinan la confección de un plan alimentario? ¿Cómo debe ser un plan de alimentación saludable? ¿Qué leyes debe cumplir? ¿Cuál es su importancia? ¿Qué función cumple desde el punto de vista de la prevención y promoción de la salud? ¿Cuáles son las partes de un Plan Alimentario Saludable y qué relación deben guardar entre sí?	¿Cómo se planifica el Plan Alimentario Saludable para el Adulto Joven y Maduro? ¿Cómo se realiza? ¿Qué estrategias o procedimientos utiliza?	¿Para qué se realiza un Plan de alimentación saludable para el Adulto Joven y Maduro? ¿Qué importancia tiene en la promoción de la salud? ¿Qué importancia tiene en la prevención de enfermedades?	¿Cómo se expone y presenta el Plan Alimentario Saludable para el Adulto Joven y Maduro? ¿Qué recursos utiliza en la exposición? ¿Utiliza un vocabulario apropiado a la disciplina? ¿Demuestra seguridad y hace las conexiones adecuadas en cada una de las dimensiones?	
¿Cómo sé que comprenden?				
DESEMPEÑOS DE COMPRENSIÓN: ¿Es posible realizar un Plan de Alimentación Nutricional para el Adulto Joven y Maduro que cumpla con las Leyes de la Alimentación en situaciones de aprendizaje?				
Primer Encuentro Tarea 1. Presentación del trabajo practico N° 1: “Plan Alimentario Saludable para el	Tarea 3. Individual A-Mediante el uso de las tablas del Factor de Corrección y las Formulas de	Tarea 4. Grupal Realizar en grupo y entregar en el próximo encuentro un informe. Puede elegir	Segundo Encuentro Tarea 5. A. Cada grupo expondrá su producción al resto de los	Tarea 6. Individual A. Identifique la relación que existe entre las Leyes de la Alimentación y el plan

<p>Adulto Joven y Maduro” Ilustración pertinente sobre todos los aspectos de interés de los alumnos, explicitando de modo claro lo que se pretende lograr y la modalidad que se implementará. Tarea 2.Individual A. Reflexionar y redactar una respuesta breve acerca de las siguientes preguntas - ¿Cuál es la diferencia entre alimentación y nutrición? - ¿Qué conductas, hábitos o características de su alimentación considera que son saludables y cuáles no? Justifique - Se realizara una puesta en común para compartir y debatir ideas.</p>	<p>determinación del Peso Bruto y Peso Neto responda: 1. ¿Qué cantidad de queso crema debo adquirir para elaborar una preparación que requiere 250g del mismo? 2. Se compraron 3 Kg de papas y luego de pelarlas se obtuvieron 1,6 Kg. ¿Cual fue el desecho real? ¿Cual debería haber sido teóricamente el desecho? ¿Cual pudo ser el motivo de la diferencia? 3. Reflexiones sobre la importancia del uso del Factor de Corrección en relación a los micronutrientes y su importancia en la prevención de enfermedades por carencia.</p>	<p>cualquier modalidad de presentación para exponerlo. Dicho informe debe responder a los siguientes interrogantes: -¿Qué factores se deben considerar a la hora de realizar un plan de alimentación saludable para el Adulto Joven y Maduro? - ¿Cuáles son todas las partes de un Plan de Alimentación Saludable? - ¿Cuál es la significancia o rol que cumple cada parte en el Plan Alimentario Saludable en el Adulto Joven y Maduro? - ¿Cuál es la relación entre un Plan de Alimentación Saludable y la prevención de enfermedades y promoción de la salud en un Adulto Joven y Maduro?</p>	<p>grupos a través de la modalidad elegida. Podrá ser a través de un power point, afiches, presentación prezi, redes conceptuales, cuadros, etc. Luego de la exposición el resto de los grupos participa y expresa sugerencias, correcciones, intercambio de ideas y experiencias.</p>	<p>alimentario saludable, para ello deberá reflexionar sobre el sentido e importancia que tiene cada parte de un Plan Alimentario Saludable en el cumplimiento de las Leyes de la Alimentación. Deben entregar el Informe grupal realizado junto a las producciones individuales. En el próximo encuentro se dará por escrito una devolución individual y se realizara una devolución general, clarificando errores comunes.</p>
<p>¿Cómo saben ellos que comprenden? MODALIDAD DE EVALUACION: EVALUACION DIAGNÓSTICA CONTINUA</p>				
<p>Construcción de la Matriz Analítica Instruccional (cuadro N° 6)</p>				

Cuadro N° 2: Programación didáctica del Trabajo Práctico N°2 de la asignatura Nutrición Normal II del Adulto Sano

¿Qué es lo que quiero que los alumnos comprendan?			
TÓPICOS GENERATIVOS: ¿Cómo se logra elaborar un Plan de Alimentación Saludable para el Adulto Mayor?			
HILO CONDUCTOR: ¿Cómo se realiza un Plan Alimentario Saludable?			
METAS DE COMPRENSIÓN			
¿Qué estrategias, habilidades y procedimientos se ponen en juego para lograr tal aprendizaje?			
a) Respecto al contenido.	b) Respecto al método	c) Respecto a los propósitos	d) Respecto a la comunicación
¿Qué es la nutrición, alimentación, salud y la etapa del Adulto Mayor? ¿Qué factores determinan la confección de un plan alimentario? ¿Cómo debe ser un plan de alimentación saludable? ¿Qué leyes debe cumplir? ¿Cuál es su importancia? ¿Qué función cumple desde el punto de vista de la prevención y promoción de la salud? ¿Cuáles son las partes de un Plan Alimentario Saludable y qué relación deben guardar entre sí?	¿Cómo se planifica el Plan Alimentario Saludable para el Adulto Mayor? ¿Cómo se realiza? ¿Qué estrategias o procedimientos utiliza?	¿Para qué se realiza un Plan de alimentación saludable para el Adulto Mayor? ¿Qué importancia tiene en la promoción de la salud? ¿Qué importancia tiene en la prevención de enfermedades?	¿Cómo se expone y presenta el Plan Alimentario Saludable para el Adulto Mayor? ¿Qué recursos utiliza en la exposición? ¿Utiliza un vocabulario apropiado a la disciplina? ¿Demuestra seguridad y hace las conexiones adecuadas en cada una de las dimensiones?
¿Cómo sé que comprenden?			
DESEMPEÑOS DE COMPRENSIÓN: ¿Es posible realizar un Plan de Alimentación Nutricional para el Adulto Mayor que cumpla con las Leyes de la Alimentación en situaciones de aprendizaje?			
Primer Encuentro Tarea 1. Presentación del trabajo practico N° 2 “Plan de Alimentación Saludable para el Adulto Mayor”	Tarea 3.Individual A. ¿Cuáles considera que son los factores que podrían influir en la alimentación y nutrición de un Adulto Mayor teniendo en cuenta los cambios de este grupo etario? Argumente sus criterios. ¿Cree que algunos factores son más determinantes, por qué?	Tarea 4 Extra clase. Realizar en grupo y entregar en el próximo encuentro Confección del plan alimentario: <u>Datos:</u> Hombre: 69 años, Peso Actual: 62Kg, Talla: 1,62mts, Circunferencia de la Cintura: 92cm. Circunferencia de la Cadera: 86cc.	Segundo Encuentro Tarea 5. A. Cada grupo intercambiará su producción con otro, quien corroborara sus resultados. Para facilitar el trabajo se pueden guiar con los siguientes interrogantes:
			Tarea 6. Individual A. Realizar recomendaciones alimentarias ESPECÍFICAS para el CASO y el grupo etario (recomendaciones elaboradas para

<p>Ilustración pertinente sobre todos los aspectos de interés de los alumnos, explicitando de modo claro lo que se pretende lograr y la modalidad que se implementara.</p> <p>Tarea 2.Individual</p> <p>B. Reflexionar y redactar una respuesta breve acerca de las siguientes cuestiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cuál es la relación entre las Leyes de la Alimentación y su propia experiencia? - ¿Cuáles son sus creencias acerca de la salud y el Envejecimiento Activo? <p>C. Se realizara una puesta en común para compartir y debatir ideas.</p>	<p>B. Teniendo en cuenta la respuesta anterior, detallar los campos o áreas que componen una anamnesis clínica, cuya información será necesaria para confeccionar un plan alimentario que cumpla con la LEY DE ADECUACION para el Adulto Mayor</p> <p>C. De cada campo identificado, elaborar una lista de interrogantes que incluiría en la anamnesis para preguntarle a un adulto mayor.</p> <p>D. En cuanto a los métodos de recolección de datos alimentarios:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elaborar un modelo de recordatorio de 24hs - Seleccionar un grupo de alimentos básicos y utilizarlo para confeccionar un modelo de frecuencia cuali-cuantitativa. - ¿Qué tipo de ingesta alimentaria puede obtener de cada uno de los métodos? ¿Qué obstáculos puede identificar? <p>E. Puesta en común, los alumnos compartirán su producción, para armar entre todos una anamnesis clínica y alimentaria completa</p> <p>Cada alumno deberá entregar sus producciones elaboradas en la tarea 2 y 3.</p>	<p>Presenta hipogeusia, hiposomia, visión alterada, constipación, disminución del apetito, dentadura incompleta y dificultad en la deglución. Se moviliza y se alimenta por su cuenta, vive con su esposa, su hija y nietos. Actividad laboral: jubilado. Nivel socio-económico: clase media. Actividad física: moderada</p> <p>A. Realizar todos los cálculos posibles y determinar un Diagnostico Nutricional</p> <p>B. Interpretar el Diagnostico Nutricional</p> <p>C. Calcule Gasto Energético Total según formula de Harris Benedict</p> <p>D. Realice la formula sintética completa</p> <p>E. Especificar: ¿Qué características se tuvieron en cuenta para determinar el fraccionamiento, volumen, residuos, sabor y aroma?</p> <p>F. Realizar la fórmula desarrollada</p> <p>G. Elaborar un ejemplo de distribución alimentaria por 24hs (tipo de comidas, ingredientes y medidas).</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ¿Considera que los resultados obtenidos de cada parte de la formula sintética cumplen con la LEY DE CANTIDAD, CALIDAD, EQUILIBRIO Y ADECUACION a las características del adulto mayor? - ¿La fórmula desarrollada corresponde a lo planificado en la formula sintética? - ¿Se cumple con los requerimientos del adulto mayor? - ¿Es factible llevar a cabo en un día la distribución alimentaria realizada? - ¿Se indicaron alimentos fuente de los nutrientes críticos para el adulto mayor? <p>B. Realizar un informe de sugerencias para entregar a sus compañeros detallando y fundamentando criterios o ideas diferentes.</p> <p>C. Reflexionar y debatir en grupo sobre el informe recibido.</p>	<p>pacientes)</p> <p>B. Fundamentar científicamente dichas recomendaciones</p> <p>C. Seleccione y marque las recomendaciones de mayor relevancia para el caso</p> <p>D. ¿Indicaría algún otro tipo de recomendación? ¿Cuál/es? ¿Por qué? Deben entregar el plan alimentario confeccionado en grupo, más las producciones individuales y el informe realizado por sus compañeros.</p> <p>En el próximo encuentro se dará por escrito una devolución individual y se realizara una devolución general, clarificando errores comunes.</p>
---	--	--	--	---

¿Cómo saben ellos que comprenden?

MODALIDAD DE EVALUACION: EVALUACION DIAGNÓSTICA CONTINUA

Construcción de la Matriz Analítica Instruccional (cuadro N° 6)

Cuadro N° 3: Programación didáctica del Trabajo Práctico N°3 de la asignatura Nutrición Normal II del Adulto Sano

<p align="center">¿Qué es lo que quiero que los alumnos comprendan?</p> <p>TÓPICOS GENERATIVOS: ¿Cómo se logra elaborar un Plan de Alimentación Saludable para la Mujer en etapa de Climaterio y Menopausia?</p> <p>HILO CONDUCTOR: ¿Cómo se realiza un Plan Alimentario Saludable?</p>					
<p align="center">METAS DE COMPRENSIÓN</p> <p align="center">¿Qué estrategias, habilidades y procedimientos se ponen en juego para lograr tal aprendizaje?</p>					
a) Respecto al contenido.	b) Respecto al método	c) Respecto a los propósitos	d) Respecto a la comunicación		
<p>¿Qué es la nutrición, alimentación, salud y la etapa de Climaterio y Menopausia?</p> <p>¿Qué factores determinan la confección de un plan alimentario?</p> <p>¿Cómo debe ser un plan de alimentación saludable?</p> <p>¿Qué leyes debe cumplir?</p> <p>¿Cuál es su importancia?</p> <p>¿Qué función cumple desde el punto de vista de la prevención y promoción de la salud?</p> <p>¿Cuáles son las partes de un Plan Alimentario Saludable y qué relación deben guardar entre sí?</p>	<p>¿Cómo se planifica el Plan Alimentario Saludable para la Mujer en etapa de climaterio y menopausia?</p> <p>¿Cómo se realiza?</p> <p>¿Qué estrategias o procedimientos utiliza?</p>	<p>¿Para qué se realiza un Plan de alimentación saludable para la Mujer en etapa de climaterio y menopausia?</p> <p>¿Qué importancia tiene en la promoción de la salud?</p> <p>¿Qué importancia tiene en la prevención de enfermedades?</p>	<p>¿Cómo se expone y presenta el Plan Alimentario Saludable para la Mujer en etapa de climaterio y menopausia?</p> <p>¿Qué recursos utiliza en la exposición?</p> <p>¿Utiliza un vocabulario apropiado a la disciplina?</p> <p>¿Demuestra seguridad y hace las conexiones adecuadas en cada una de las dimensiones?</p>		
<p align="center">¿Cómo sé que comprenden?</p> <p>DESEMPEÑOS DE COMPRENSIÓN: ¿Es posible realizar un Plan de Alimentación Nutricional para la Mujer en etapa de Climaterio y Menopausia que cumpla con las Leyes de la Alimentación en situaciones de aprendizaje?</p>					
<p>Primer Encuentro Tarea 1.</p> <p>Presentación del trabajo practico N° 3 “Alimentación Saludable para la Mujer en etapa de Climaterio y Menopausia” Explicación pertinente</p>	<p>Tarea 3.Individual</p> <p>A.¿Cuáles son los factores que usted cree que influyen en la alimentación y</p>	<p>Tarea 4 Extra clase.</p> <p>Realizar en grupo y entregar en el próximo encuentro. Confección del plan alimentario.</p> <p><u>Datos:</u> Caso:Mujer, 50 años.H ace 12 meses que no menstrúa. Peso Actual: 78Kg. Talla: 1,69.CCINTURA: 80cm. CCADERA: 110 cm</p>	<p>Segundo Encuentro Tarea 5.</p> <p>A. Cada grupo analizara su propia confección del plan alimentario y lo expondrá teniendo en cuenta:</p>	<p>Tarea 6.Individual</p> <p>A. Realizar recomendaciones alimentarias ESPECÍFICAS para el CASO y el grupo etario (recomendaciones elaboradas para pacientes)</p> <p>B. Fundamentar científicamente dichas recomendaciones</p> <p>Tarea 7. Grupal</p>	

<p>sobre todos los aspectos de interés de los alumnos, explicitando de modo claro lo que se pretende lograr y la modalidad que se implementara.</p> <p>Tarea 2.Individual</p> <p>D. Reflexionar y redactar una respuesta breve acerca de las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cuál es la relación entre las Leyes de la Alimentación y la Mujer en etapa de Climaterio y Menopausia? - ¿Cuáles son sus creencias acerca de la salud y la la Mujer en etapa de Climaterio y Menopausia? - ¿Según su opinión qué papel juega la alimentación en la Mujer en etapa de Climaterio y Menopausia? <p>E. Se realizara una puesta en común para compartir y debatir ideas.</p>	<p>en el estado nutricional la Mujer en etapa de Climaterio y Menopausia teniendo en cuenta los cambios que ocurren?</p> <p>Para responder esta pregunta tenga en cuenta por un lado los factores que influyen en la alimentación y por otro en la nutrición o estado nutricional, detalle y justifique.</p>	<p><u>Características personales:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Refiere ansiedad, irritabilidad y sofocos - Refiere insomnio, por las noches se levanta a comer. - Padece Osteopenia - Laboratorios: hipoantrogenismo, hipercolesterolemia y anemia. - Trabaja en un consultorio médico, es secretaria. <p>En anamnesis alimentaria se observa que consume diariamente carnes, gaseosas y las preparaciones son a base de frituras. No consume verduras</p> <p>A. Realizar todos los cálculos posibles y determinar un diagnostico nutricional</p> <p>B. Interpretar el diagnostico nutricional</p> <p>C. Calcule Gasto Energético Total según formula de Harris Benedict</p> <p>D. Realice la formula sintética completa</p> <p>E. Especificar: ¿Qué características se tuvieron en cuenta para determinar el fraccionamiento, volumen, residuos, sabor y aroma y los caracteres químicos?</p> <p>F. Realizar la fórmula desarrollada</p> <p>G. Elaborar un ejemplo de distribución alimentaria por 24hs (tipo de comidas, ingredientes y medidas).</p>	<p>-Si cada parte del plan alimentario cumple o no con la LEY DE CANTIDAD, CALIDAD, EQUILIBRIO Y ADECUACION a las características de la mujer en etapa de climaterio.</p> <p>-Si en el plan alimentario se indicaron alimentos fuente de los nutrientes críticos para la mujer en tapa de climaterio y menopausia.</p> <p>B. Reflexionar y debatir entre todos los grupos sobre el informe realizado y expuesto.</p> <p>C. Entregar por escrito este análisis.</p>	<p>A. Los alumnos serán divididos en forma aleatoria en 7 grupos, a cada grupo le tocara un tema:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cereales y legumbres 2. Frutas y verduras 3. Carnes y huevos 4. Lácteos 5. Azucares y dulces 6. Aceites y grasas 7. Agua <p>B. Cada alumno se juntara con el resto de los integrantes que tengan el mismo tema, juntaran las recomendaciones ya realizadas sobre ese tema y luego de debatir armaran entre todos nuevas recomendaciones sobre el grupo de alimentos que le haya tocado y las escribirán en una cartulina.</p> <p>C. Cada grupo expondrá su tema, luego se darán unos minutos para que los compañeros realicen preguntas sobre lo expuesto. Deben entregar el plan alimentario confeccionado en grupo, más la producciones individuales y el informe realizado por sus compañeros. En el próximo encuentro se dará por escrito una devolución individual y se realizara una devolución general, clarificando errores comunes.</p>
---	--	---	--	--

¿Cómo saben ellos que comprenden?

MODALIDAD DE EVALUACION: EVALUACION DIAGNÓSTICA CONTINUA

Construcción de la Matriz Analítica Instruccional (cuadro N° 6)

Cuadro N° 4: Programación didáctica del Trabajo Práctico N°4 de la asignatura Nutrición Normal II del Adulto Sano

¿Qué es lo que quiero que los alumnos comprendan?				
TÓPICOS GENERATIVOS: ¿Cómo se logra elaborar un Plan de Alimentación Saludable para el Adulto Sano que practica Actividad Física?				
HILO CONDUCTOR: ¿Cómo se realiza un Plan Alimentario Saludable?				
METAS DE COMPRENSIÓN				
¿Qué estrategias, habilidades y procedimientos se ponen en juego para lograr tal aprendizaje?				
a) Respecto al contenido.	b) Respecto al método	c) Respecto a los propósitos	d) Respecto a la comunicación	
¿Qué es la nutrición, alimentación, salud y la etapa del Adulto Sano que practica Actividad Física? ¿Qué factores determinan la confección de un plan alimentario? ¿Cómo debe ser un plan de alimentación saludable? ¿Qué leyes debe cumplir? ¿Cuál es su importancia? ¿Qué función cumple desde el punto de vista de la prevención y promoción de la salud? ¿Cuáles son las partes de un Plan Alimentario Saludable y qué relación deben guardar entre sí?	¿Cómo se planifica el Plan Alimentario Saludable para el Adulto Sano que practica Actividad Física? ¿Cómo se realiza? ¿Qué estrategias o procedimientos utiliza?	¿Para qué se realiza un Plan de alimentación saludable para el Adulto Sano que practica Actividad Física? ¿Qué importancia tiene en la promoción de la salud? ¿Qué importancia tiene en la prevención de enfermedades?	¿Cómo se expone y presenta el Plan Alimentario Saludable para el Adulto Sano que practica Actividad Física? ¿Qué recursos utiliza en la exposición? ¿Utiliza un vocabulario apropiado a la disciplina? ¿Demuestra seguridad y hace las conexiones adecuadas en cada una de las dimensiones?	
¿Cómo sé que comprenden?				
DESEMPEÑOS DE COMPRENSIÓN: ¿Es posible realizar un Plan de Alimentación Nutricional para el Adulto Sano que practica Actividad Física que cumpla con las Leyes de la Alimentación en situaciones de aprendizaje?				
Primer Encuentro Tarea 1. Presentación del trabajo practico N°4 “Plan de Alimentación Saludable para	Tarea 3. Grupal Realizar en grupo y entregar en el próximo encuentro Confección del plan alimentario.	Tarea 4. Segundo encuentro A. Cada grupo intercambiara este caso, con otro grupo quien deberá analizar los siguientes puntos y	Tarea 5. Individual En base al informe recibido y luego del debate con sus	Tarea 6. Grupal Según la bibliografía consultada respondan: ¿Cuál es la

<p>el Adulto Sano que practica Actividad Física”. Explicación pertinente sobre todos los aspectos de interés de los alumnos, explicitando de modo claro lo que se pretende lograr y la modalidad que se implementara.</p> <p>Tarea 2.Individual Reflexionar y redactar una respuesta breve acerca de las siguientes cuestiones:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Defina actividad física y sus componentes. 2. ¿Cuál es la diferencia entre ejercicio y deporte? 3. ¿Cuándo una persona se considera sedentaria? 4. ¿Cuál es la importancia de los Hidratos de Carbono, Lípidos y Proteínas en el suministro de energía? <p>Explique cada uno Se realizara una puesta en común para compartir y debatir ideas.</p>	<p>Caso: Juan Edad: 55 PA: 89kg TA: 1,70m CCintura: 100cm Diagnóstico Médico: Diabetes II e Hipertensión Arterial. HDL bajo. Profesión: Chef. Trabaja diariamente en un restaurante. No realiza actividad física.</p> <p>A. Realizar todos los cálculos posibles y determinar un diagnostico nutricional B. Interpretar el diagnostico nutricional C. Calcule Gasto Energético Total según formula de Harris Benedict D. Realice la formula sintética completa y Realizar la fórmula desarrollada. E. Elaborar un ejemplo de distribución alimentaria por 24hs (tipo de comidas, ingredientes y medidas). F. ¿Qué tipo de actividad física le indicaría a Juan? ¿Por qué?</p>	<p>evaluarlos en relación al caso dado:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Número de comidas indicadas - Horario de indicación de las comidas - Tipos de alimentos que se indicaron: si alcanzan a cubrir con los requerimientos de este adulto, si son fuente de los nutrientes críticos para el adulto que realiza actividad física. <p>-Evaluar la biodisponibilidad de los micronutrientes indicados a través de los menús dados. -Analizar y Reflexionar que Leyes se pueden analizar en esta parte del Plan Alimentario: “distribución de 24 horas”. -Tipo de Actividad física indicada. B. Realizar un informe de sugerencias para entregar a sus compañeros detallando y fundamentando criterios o ideas diferentes. C. Reflexionar y debatir en grupo sobre el informe recibido</p>	<p>compañeros, elaborar una breve redacción donde relacione sus conceptos de salud, actividad física, sus componentes, diferencia entre deporte y actividad física, importancia de la actividad física en la prevención de enfermedades. Incluya en el informe la respuesta a estos interrogantes:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Explique las características del ejercicio físico de tipo aeróbico y anaeróbico 2. ¿Cuáles son los beneficios de la actividad física en adultos y adulto mayor? 	<p>recomendación de actividad física como habito saludable? ¿Cuál es el tipo de actividad física recomendada? ¿Por qué? Al final de la clase se realizara un plenario.</p>
--	---	---	--	--

¿Cómo saben ellos que comprenden?

MODALIDAD DE EVALUACION: EVALUACION DIAGNÓSTICA CONTINUA

Construcción de la Matriz Analítica Instruccional (cuadro N° 6)

Cuadro N° 5: Programación didáctica del Trabajo Práctico N°5 de la asignatura Nutrición Normal II del Adulto Sano

¿Qué es lo que quiero que los alumnos comprendan?				
TÓPICOS GENERATIVOS: ¿Cómo se logra elaborar un Plan de Alimentación Saludable para el Adulto Vegetariano?				
HILO CONDUCTOR: ¿Cómo se realiza un Plan Alimentario Saludable?				
METAS DE COMPRENSIÓN				
¿Qué estrategias, habilidades y procedimientos se ponen en juego para lograr tal aprendizaje?				
a) Respecto al contenido.	b) Respecto al método	c) Respecto a los propósitos	d) Respecto a la comunicación	
¿Qué es la nutrición, alimentación, salud y el Adulto Vegetariano? ¿Qué factores determinan la confección de un plan alimentario? ¿Cómo debe ser un plan de alimentación saludable? ¿Qué leyes debe cumplir? ¿Cuál es su importancia? ¿Qué función cumple desde el punto de vista de la prevención y promoción de la salud? ¿Cuáles son las partes de un Plan Alimentario Saludable y qué relación deben guardar entre sí?	¿Cómo se planifica el Plan Alimentario Saludable para el Adulto Vegetariano? ¿Cómo se realiza? ¿Qué estrategias o procedimientos utiliza?	¿Para qué se realiza un Plan de alimentación saludable para el Adulto Vegetariano? ¿Qué importancia tiene en la promoción de la salud? ¿Qué importancia tiene en la prevención de enfermedades?	¿Cómo se expone y presenta el Plan Alimentario Saludable para el Adulto Vegetariano? ¿Qué recursos utiliza en la exposición? ¿Utiliza un vocabulario apropiado a la disciplina? ¿Demuestra seguridad y hace las conexiones adecuadas en cada una de las dimensiones?	
¿Cómo sé que comprenden?				
DESEMPEÑOS DE COMPRENSIÓN: ¿Es posible realizar un Plan de Alimentación Nutricional para el Adulto Vegetariano que cumpla con las Leyes de la Alimentación en situaciones de aprendizaje?				
Primer Encuentro Tarea 1. Presentación del trabajo practico N°5 “Plan de Alimentación Saludable para el Adulto Vegetariano”. Explicación pertinente sobre	Tarea 2. Grupal Teniendo en cuenta la experiencia de vida contada por la persona vegetariana invitada, y apoyándose en la bibliografía responda:	Tarea 4. Individual Segundo encuentro Reflexionar y redactar una respuesta breve acerca de las siguientes cuestiones: 1) ¿Qué es ADA?	Tarea 5. Grupal. Extra clase Teniendo en cuenta la alimentación de un vegetariano analice y reflexione acerca de los	Tarea 6. Grupal. Tercer encuentro: En esta clase se realizara una exposición de las producciones realizadas por los grupos sobre la tarea 5.

<p>todos los aspectos de interés de los alumnos, explicitando de modo claro lo que se pretende lograr y la modalidad que se implementara.</p> <p>Experiencia de vida: Además se cuenta con la presencia de una persona que es vegetariana y expondrá su experiencia desde lo alimentario, lo nutricional, la salud, lo social y lo cultural.</p>	<p>1) ¿Cuál es la postura del Licenciado en Nutrición frente a estos grupos? 2) En su rol, qué es lo que debería hacer frente a una persona vegetariana teniendo en cuenta todos los factores que influyen en su alimentación? Se realizara un plenario y debate con todos los grupos para reflexionar sobre estos interrogantes.</p>	<p>2) ¿Cómo define ADA la alimentación vegetariana? 3) ¿Cuál es la postura de ADA respecto a la Alimentación vegetariana? 4) ¿Qué particularidad tiene en salud este grupo de individuos, en comparación con las personas no vegetarianas? 5) ¿Cómo está constituida la pirámide Nutricional propuesta por ADA para la alimentación ovolactovegetariana?</p>	<p>nutrientes críticos a tener en cuenta en la confección de un plan alimentario y relaciónelos con las Leyes de la Alimentación. Además realice una búsqueda bibliográfica y analice qué papel juega este tipo de alimentación en la prevención de enfermedades y promoción de la salud?</p> <p>Presentar este punto a través de un cuadro, red conceptual, o informe utilizando imágenes relacionadas con la temática.</p>	<p>Se invita a todos los alumnos a debatir e intercambiar ideas y experiencias sobre la temática. Los alumnos deben entregar este informe por escrito junto a las producciones individuales realizadas para ser evaluadas y realizar devolución en próximo encuentro como cierre del tema.</p>
<p>¿Cómo saben ellos que comprenden? MODALIDAD DE EVALUACION: EVALUACION DIAGNÓSTICA CONTINUA</p>				
<p>Construcción de la Matriz Analítica Instruccional (cuadro N° 6)</p>				

MATRIZ ANALÍTICA INSTRUCCIONAL O RÚBRICAS

Para la evaluación se confecciono una matriz que esta constituida por dos componentes; dimensiones o criterios y niveles de calidad de comprensión de los desempeños.

Las dimensiones o criterios (que es lo que importa), deben ser tenidos en cuenta a la hora de plantear metas y desempeños: se determinan **Contenidos, Métodos, Propósitos y Formas de Comunicación.**

Los Niveles de Calidad de los desempeños; implica la descripción de las fortalezas y los aspectos esperados en el trabajo del alumno.

Desde esta perspectiva, se caracterizan cuatro niveles de comprensión para cada dimensión: **Ingenuo o Intuitivo** (Reajustar), **de Novato o Principiante** (Bueno), **de Aprendiz** (Muy Bueno) y **de Maestría** (Óptimo).

La matriz que se utiliza en este caso fue elaborada específicamente a partir de dos fuentes.

Una de las fuentes son las tablas propuestas por Boix Mansilla y Gardner en el libro “La Enseñanza para la Comprensión: vinculación entre la enseñanza y la práctica”. Wiske, M., S. (1999), pág.237-239.

La otra fuente, sobre la evaluación diagnóstica continua que realiza Paula Pogré en el libro “Escuelas que enseñan a pensar” Pogré, Paula; Lombardi, Graciela, (2004), pág.91-107.

Las rúbricas relacionan Dimensiones y Niveles de Calidad, que a su vez están conectados con las Metas de Comprensión planteadas para el Tópico Generativo.

La matriz tiene para el docente una finalidad concreta y determinada: debe estar orientada a responder la pregunta: “¿Cómo me doy cuenta –como docente- de que están comprendiendo lo que espero que comprendan?” Pogré, P.; Lombardi, Graciela, (2004), pág.96.

A continuación se presenta un cuadro con la Matriz Analítica Instruccional (cuadro N°6) específicamente construida para analizar los desempeños de los alumnos en la elaboración de Trabajos Prácticos de la asignatura Nutrición Normal II del Adulto Sano.

Cabe aclarar, que la mencionada Matriz se llevara a cabo en todos los trabajos prácticos propuestos, teniendo en cuenta la situación biológica de cada caso estudiado. Es decir que se aplica a las diferentes etapas del Adulto Sano descriptas en cada unidad de la asignatura.

Cuadro 6: Matriz Analítica Instruccional de los Trabajos Prácticos de la asignatura Nutrición Normal II del Adulto Sano

Matriz Analítica Instruccional				
Trabajos Prácticos de la asignatura Nutrición Normal II del Adulto Sano				
DIMENSIONES	NIVELES DE COMPRENSIÓN			
	Maestría (óptimo)	Aprendiz (muy bueno)	Novato (bueno)	Intuitivo (Reajustar)
Contenidos	Demuestra óptimo dominio de conceptos disciplinares. Razonan dentro de redes conceptuales. Se mueven con flexibilidad entre detalles y ejemplos Presenta estilo en el diseño, claridad, organización de un Plan Alimentario Saludable Detalla las características del Plan Alimentario Saludable. Relaciona adecuadamente las Leyes de la Alimentación y un Plan de Alimentación Saludable Confecciona un Plan de Alimentación Saludable tendiente a prevenir enfermedades y promover la salud	Demuestra dominio de conceptos disciplinares. Razonan dentro de redes conceptuales. Presenta organización de un Plan Alimentario Saludable Detalla las características del Plan Alimentario Saludable. Relaciona adecuadamente algunas Leyes de la Alimentación y un Plan de Alimentación Saludable.	Razonan dentro de redes conceptuales. Se mueven con dudas entre detalles y ejemplos El Plan alimentario saludable presenta escasa organización Detalla algunas características de un Plan Alimentario saludable Relaciona de manera dificultosa y poco clara algunas Leyes de la Alimentación Saludable y un Plan de alimentación Saludable.	El alumno no razona dentro de redes conceptuales, presenta dudas. El Plan alimentario saludable no está organizado No detalla las características de un Plan Alimentario saludable No logra relacionar las Leyes de la Alimentación Saludable y un Plan de alimentación Saludable.
Métodos	Está bien estructurado y respeta el hilo conductor. Proponen metas, usa estrategias, métodos, técnicas y construye un conocimiento confiable. Logra estrategias o procedimientos propios de la disciplina y respaldan las afirmaciones con fundamentos coherentes. Hace las conexiones apropiadas entre	Está bien estructurado, es clara, ordenada y respeta el hilo conductor. Propone metas, usan estrategias, métodos, técnicas. Hace las conexiones apropiadas entre los propósitos y los conocimientos de un plan	Está estructurado, claro, ordenado y respeta el hilo conductor. Aplica los métodos propios del campo del saber de manera mecánica.	Hace conexiones inapropiadas o poco claras entre los propósitos y los conocimientos de un plan de alimentación saludable. Aplica algunos de los métodos propios del campo del saber de manera mecánica, sin demostrar

	los propósitos y los conocimientos de un Plan de Alimentación Saludable.	alimentario saludable.		ningún tipo de reflexión, o verdadera apropiación de los mismos.
Propósitos	El alumno elabora una correcta interpretación respecto a la utilidad de un Plan Alimentario Saludable para acercarse a la práctica profesional. Obtiene conclusiones adecuadas. Hace una óptima integración entre conocimientos teóricos y prácticos. Logra realizar una conexión entre las etapas del Plan Alimentario Saludable y la prevención de enfermedades y promoción de la salud.	El alumno interpreta un plan alimentario saludable Obtiene conclusiones. Hace integración entre conocimientos teóricos y prácticos	El alumno elabora una incompleta interpretación respecto a la utilidad de un plan alimentario saludable Obtiene conclusiones incompletas. Hace dudosa integración entre conocimientos teóricos y prácticos	El alumno no elabora una correcta interpretación respecto a la utilidad de un plan alimentario saludable. No logra llegar a conclusiones.
Formas de comunicación	Se expresa correctamente, presentando el Plan Alimentario de manera completa y adecuada. Expresa el conocimiento a través de la representación de figuras creativas con colores, formas, imágenes etc. Genera una presentación original. Utiliza un vocabulario apropiado y específico a la temática Demuestra seguridad y hace las conexiones adecuadas en cada una de las dimensiones.	Se expresa correctamente Demuestra el conocimiento a través de la representación de figuras. Utiliza un vocabulario adecuado. Demuestra seguridad y hace algunas conexiones adecuadas en cada una de las dimensiones.	Presenta dificultad para expresarse. Demuestra el conocimiento a través de la representación de figuras. Utiliza un vocabulario insuficiente. Expone su aprendizaje con dificultades.	No se expresa con seguridad. Intenta demostrar el conocimiento a través de la representación de figuras. Las descripciones son confusas. Utiliza un vocabulario inadecuado. Expone su aprendizaje de manera imprecisa.

CONCLUSIONES Y REFLEXIONES

Este Dispositivo Didáctico innovador pretende ser una herramienta educativa que sirva al proceso enseñanza y aprendizaje ya que presenta estrategias de enseñanza, que favorecen la apropiación del conocimiento y proponen la construcción de saberes metacognitivos que optimicen la estimulación de los alumnos.

Esta propuesta permite dar cuenta, que se pueden desarrollar estrategias que potencien y promuevan el despliegue de desempeños que ayuden a construir la comprensión, la reflexión y la comunicación de aquello que se aprende.

En este sentido, la concepción de enseñanza y de aprendizaje cumple un rol fundamental en las actividades propuestas para lograr en los alumnos una mirada integral del ser humano a la hora de confeccionar Planes Alimentarios.

Se construyeron las Matrices Analíticas Instruccionales o rúbricas. También conocidas como listas de criterios o matrices de comprensión; creadas para evaluar los Trabajos Prácticos de la asignatura Nutrición Normal II. Estas constituyen una herramienta muy valiosa, ya que permitirá visualizar con claridad y puntualmente, cada una de las partes de un todo determinado que se desea evaluar.

Estas matrices componen un importante y valioso aporte, porque además de facilitar la evaluación por parte del docente, favorecen el trabajo meta reflexivo de los alumnos sobre su propio proceso de aprendizaje.

Además, las rúbricas promueven la responsabilidad y proporcionan criterios específicos para medir y documentar el progreso del estudiante, constituyendo una herramienta fácil de utilizar y de explicar.

Ante esto, se plantea una sistematización de los datos y reflexión simultánea sobre el proceso de comprensión de la confección de Planes Alimentarios Saludables que cumplan con las Leyes de la Alimentación y que estén destinados a prevenir enfermedades y promover la salud.

Asimismo estimula al docente a implementar un trabajo muy personalizado con los alumnos y a potenciar las conexiones disciplinarias e interdisciplinarias a través de los diferentes trabajos prácticos propuestos.

Se puede decir que mediante esta propuesta didáctica se intenta que los alumnos logren reflexionar acerca de la construcción epistemológica de la confección de los Planes Alimentarios considerando los métodos, mecanismos, fines y propósitos de los mismos.

Además se aspira a que los estudiantes sean capaces de expresar sus ideas y opiniones con respecto a la manera en que aprendieron y la transferencia de estos conceptos y procedimientos a otros campos o situaciones.

Por otro lado, el Dispositivo Didáctico construido pretende hacer frente a la problemática encontrada: *“la dificultad de aplicar los contenidos teóricos a la práctica”* ya que el diseño del mismo propone Trabajos Prácticos que sirvan como una instancia que favorezca la posibilidad de incorporar aprendizajes y saberes que permitan la transición de la Universidad al ámbito del desempeño, la de alumno a profesional y la de la teoría a la práctica.

De esta manera, el alumno adquiere la oportunidad de desarrollar una serie muy diversificada de aprendizajes ligados al “saber estar” “saber ser” y “saber hacer”. Es decir, promover marcos de pensamiento y llevar a la práctica las reflexiones sobre la teoría.

Se considera que la implementación de la presente propuesta propicia una visión general de la carrera más allá de los contenidos específicos de la asignatura. Es importante destacar que lo que forma profesionales es la carrera y no solo una materia.

Esta programación didáctica intenta ser coherente con el perfil del Licenciado en Nutrición que se busca alcanzar, razón por la cual se proponen actividades que permitan la confección de planes alimentarios tendientes al logro de una eficiente relación Nutrición/Salud.

Además, destaca el rol del Licenciado en Nutrición en personas sanas, favoreciendo la promoción de la salud y el rol de la alimentación en la prevención de enfermedades.

La enseñanza no tiene efectos lineales ni automáticos, sino que los efectos están en función de los alumnos concretos.

A partir de la programación didáctica de los Trabajos Prácticos, se pretende que los estudiantes realicen un proceso de aprendizaje que promueva el desarrollo de un espíritu crítico, creativo, reflexivo a la hora de aplicar los contenidos teóricos y llevarlos a la práctica. Para ello la utilización del modo memorístico debe quedar relegado al igual que las exposiciones de los conceptos como entidades relativamente independientes.

Para concluir, se puede afirmar que de esta manera, se intenta formar futuros Licenciados en Nutrición capaces de integrar todos los conceptos y aplicarlos a la práctica, utilizando la creatividad y aprender haciendo, para conseguir de este modo, una adecuada relación entre alimentación, nutrición, prevención de enfermedades y promoción de la salud.

BIBLIOGRAFÍA

- AGUERRONDO Inés, LUGO María Teresa, POGRE Paula, ROSSI Mariana, XIFRA Susana. (2002) "La escuela del futuro". Papers Editores.
- ALPERS, Stenson Y BIER. Nutrición. 4º Edición - Ed. Marbán. España. (2003)
- ASOCIACIÓN ARGENTINA DE DIETISTAS Y NUTRICIONISTAS DIETISTAS. (2000) Guías Alimentarias para la población argentina. (Documento Técnico y Manual de Multiplicadores) Buenos Aires. Argentina.
- BONET de SALGADO. (2001) "Comprensión en Organizaciones". Universidad de Bogotá Jorge Tadeo Lozano. Bogotá. Colombia. Agosto.
- DELEUZE, Guilles. (1990) "¿Qué es un dispositivo? En: Michel Foucault filósofo. Gedisa editorial. Barcelona,
- EZEQUIEL ANDER-EGG, MARÍA JOSÉ AGUILAR. "Como elaborar un proyecto: guía para diseñar proyectos sociales y culturales". Versiónpdf.
- FAIRMAIN, S. (1993) "Trastorno en la comunicación oral", Fonoaudiología para docentes, estudiantes y padres. Ed. Magisterio del Rio de la Plata. Bs. As. Argentina.
- GARDNER H. "Las cinco mentes del futuro". Ed. Paidós transiciones. España
- GIL, A. (2010) Tratado de Nutrición. Nutrición Clínica. Tomo IV. 2ª edición. Edit. Médica Panamericana. Madrid..
- GIL, A. (2010) Tratado de Nutrición. Nutrición Humana en el estado de salud. Tomo III. 2ª edición. Edit. Médica. Panamericana. Madrid.
- GIORDANO María Francisca, CERIZOLA Norma.(2002) "Morderse la cola como un perro". Revista ALTERNATIVAS. Serie Espacio Pedagógico. Año VI. N°26. LAE, U.N.S.L. .San Luis. Argentina
- GIORDANO, M.A; POGRE P.A et col. (2012) "Enseñar para comprender: Experiencias y propuestas para la Educación Superior". Edit. Teseo. Buenos Aires. Argentina. Pag. 297 a 320.
- LALONDE, Marc (1996) "El concepto de 'campo de la salud': una perspectiva canadiense". En: Promoción de la Salud: una antología. Primera sección. Desarrollo de la estructura. Publicación Científica N° 557 – OPS.
- LA CARTA DE SEVILLA. IX Congreso de la Red Andaluza de Ciudades Saludables: "CIUDADES SALUDABLES Y SOSTENIBILIDAD: UNA ALIANZA PARA LA CALIDAD DE VIDA DE LAS CIUDADES DEL SIGLO XXI" (2002). Sevilla, España.
- KROEGER, AXEL Y LUNA, ROLANDO (1992) Cap 2: "Contexto sociocultural". En: Atención primaria de la salud, principios y métodos .México. OPS/Pax2da edición.

- LÓPEZ L; SUAREZ M. (2002) Fundamentos de Nutrición Normal. Ed. El Ateneo. Buenos Aires. Argentina.
- MARTÍNEZ, SILVIA E. “La Enseñanza para la Comprensión en la Formación de Grado” en Enseñar para Comprender II Compiladoras: María M. Civarolo. Paula Pogré . María Francisca Giordano. Octubre 2014. Págs 161-177. ISBN 978-087-699-170-4
- MARTÍNEZ, SILVIA E. ”El Proceso de Comprensión del Diagnóstico Fonoaudiológico en la Formación del Licenciado en Fonoaudiología” Tesis de Maestría. UNSL. (2011)
- Organización Panamericana de la Salud. (1996) *Promoción de la salud: una antología*. Washington D.C.
- OMS (2003) Social Determinants of Health: the solid facts. Copenhagen, WHO- Europ.
- PERKINS David, BLYTHE Tina (1999) "Seminario Comprensión y Autogestión en el aula, las organizaciones y las comunidades". Bs.As. Argentina
- POGRÉ P. A (2002) “La escuela del futuro” Edigraf, Bs. As. Argentina. Pag. 102
- POGRE, Paula; LOMBARDI, Graciela. (2004)“Escuelas que enseñan a pensar. Enseñanza para la Comprensión. Un Marco Teórico para la Acción”. Editorial Educación Papers Editores. Bs. As. Argentina.
- SALGADO GARCÍA, Edgar (2012), “Enseñanza para la comprensión en la educación superior: la experiencia de una universidad costarricense”, en *Revista Iberoamericana de Educación Superior (ries)*, México, unam-iisue/Universia, Vol. III, núm. 8, pp. 34-50,. Disponible en <http://ries.universia.net/index.php/ries/article/view/157>, abordado el 5 de junio de 2016.
- SANCHO GIL Juana María "Las Tecnologías de la Información y la Comunicación en la Enseñanza Superior: Una Aproximación Compleja". Revista Educación y Pedagogía Vol XIV N° 33
- SCHNEIDER, Sandra. (2005) “Las Inteligencias Múltiples y el Desarrollo Personal”. Impreso en Colombia. Editorial Círculo Latino Austral. Buenos Aires. Argentina.
- STONE WISKE, Martha (compiladora) (1999) “La Enseñanza para la Comprensión” Vinculación entre la investigación y la práctica. Editorial Piados SAICF. Buenos Aires. Argentina.