



**LICENCIATURA: NUTRICIÓN APLICADA**

**ASIGNATURA: Comunicación efectiva en Salud**

**NÚMERO Y TÍTULO DE LA UNIDAD:**

Unidad 2. Barreras y habilidades de la comunicación en salud

**ACTIVIDAD:**

Actividad 2. Alternativa de solución a barreras de la comunicación

**ASESORA: MIRIAM YARELY CASTRO CAMACHO**

**ESTUDIANTE:**

GUILLERMO DE JESÚS VÁZQUEZ OLIVA

**MATRICULA: ES231107260**

**FECHA DE ENTREGA:**

18 de noviembre de 2023



## INTRODUCCIÓN

En el ámbito de la nutrición, la efectividad de la comunicación juega un papel crucial en el logro de objetivos de salud y bienestar para los individuos. La transmisión clara de información sobre hábitos alimenticios, pautas nutricionales y cambios en el estilo de vida es esencial para fomentar la comprensión y la adherencia de los pacientes. Sin embargo, diversas barreras, ya sean internas, externas, organizacionales o individuales, pueden obstaculizar este proceso comunicativo. En esta actividad, exploraremos cómo estas barreras impactan la práctica profesional de la nutrición y la importancia de superarlas para lograr una asesoría nutricional efectiva y centrada en el paciente.



## DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Barreras Internas:		
Barrera	Contenido	Características Principales
Falta de claridad	Ambigüedad en el mensaje	Uso de términos vagos, falta de precisión en la expresión.
Prejuicios	Opiniones preconcebidas	Obstaculiza la interpretación objetiva de la información
Falta de atención	Distracciones y desinterés	Dificulta la retención y comprensión del mensaje

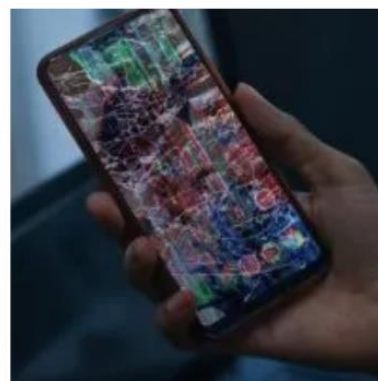
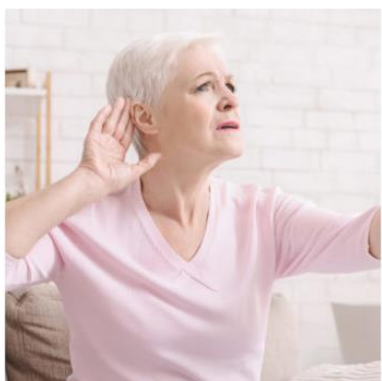
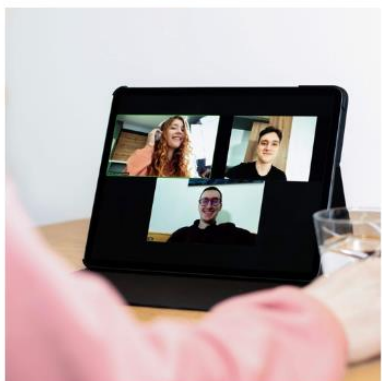
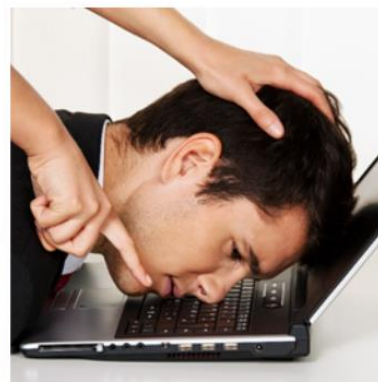
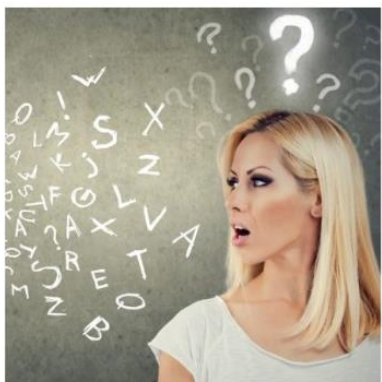
Barreras Externas de la Comunicación		
Barrera	Contenido	Características Principales
Ruido Ambiental	Interferencias externas	Perturbaciones sonoras, visuales u otras que afectan la comunicación
Distancia Física	Separación geográfica	Obstáculos geográficos que dificultan la transmisión eficiente
Tecnológicas	Problemas en medios de comunicación	Fallos en dispositivos o canales de comunicación

Barreras Organizacionales		
Barrera	Contenido	Características Principales
Estructura Jerárquica	Jerarquías rígidas y falta de canales abiertos	Dificulta la fluidez de la comunicación entre niveles jerárquicos
Políticas Internas	Reglas y normativas restrictivas	Limitan la libre expresión y la transmisión efectiva de la información

Barreras individual:		
Barrera	Contenido	Características Principales
Falta de Empatía	Ausencia de comprensión emocional	Dificulta la conexión interpersonal y la interpretación precisa
Estilo de Comunicación	Diferencias en la manera de expresarse	Puede generar malentendidos debido a



		estilos de comunicación opuestos
<b>Falta de Habilidades</b>	Limitaciones en destrezas comunicativas	Dificultades en expresarse claramente o entender el mensaje





## Barreras de la Comunicación en Nutrición:

### **Barreras Internas:**

La falta de claridad en la comunicación puede dar lugar a interpretaciones erróneas de las pautas nutricionales, afectando la adherencia del paciente.

### **Barreras Externas de la Comunicación:**

Ruido ambiental o problemas tecnológicos pueden dificultar la transmisión efectiva de mensajes nutricionales importantes, comprometiendo la comprensión del paciente.

### **Barreras Organizacionales:**

Estructuras jerárquicas rígidas pueden obstaculizar la colaboración entre profesionales de la salud, limitando la integración de enfoques multidisciplinarios en el tratamiento nutricional.

### **Barreras Individuales:**

La falta de empatía y habilidades de comunicación puede interferir en la construcción de una relación terapéutica sólida, esencial para lograr cambios en el estilo de vida y hábitos alimenticios del paciente.

### **Reflexión Profesional:**

En nutrición, la comunicación efectiva es fundamental para transmitir información nutricional precisa, motivar cambios en el comportamiento alimenticio y establecer una relación de confianza con los pacientes. Superar estas barreras garantiza un asesoramiento nutricional eficaz y contribuye a la mejora de la salud y el bienestar de los individuos. La atención a la claridad, empatía y habilidades de comunicación se vuelve esencial en la práctica profesional nutricional.



## CONCLUSIONES

En conclusión, la comprensión y superación de las barreras de comunicación en el ámbito de la nutrición se revela como un imperativo para los profesionales de la salud. La capacidad de transmitir información de manera clara y efectiva no solo se traduce en la adquisición de conocimientos por parte de los pacientes, sino que también impacta directamente en su capacidad para implementar cambios significativos en su estilo de vida y alimentación.

El reconocimiento de barreras internas, externas, organizacionales e individuales nos insta a adoptar enfoques flexibles y personalizados en nuestra comunicación nutricional. Al hacerlo, no solo fomentamos una comprensión más profunda, sino que también construimos relaciones terapéuticas sólidas, fundamentales para el éxito a largo plazo en la gestión de la salud. En este viaje hacia la mejora nutricional, la superación de estas barreras no solo se convierte en un desafío superable, sino en un compromiso vital para la eficacia y la humanización de la práctica nutricional.



## FUENTES DE CONSULTA

Continua, C. E. (2021, mayo 13). Barreras de la comunicación. CETYS Educación Continua. <https://www.cetys.mx/educon/barreras-de-la-comunicacion/>

Las barreras en el proceso de la comunicación. (s/f). Rededuca. Recuperado el 18 de noviembre de 2023, de <https://www.rededuca.net/blog/atencion-temprana/barreras-proceso-comunicacion>

Navarro, J. A. O. (2020, noviembre 11). 12 BARRERAS DE LA COMUNICACIÓN - Con ejemplos. Alejandría; Alejandría: Saber para todos. <https://alejandria.academy/ciencias-sociales/aprender-a-comunicarse/barreras-de-la-comunicacion/>

UNADM. (s/f). Barreras y habilidades de la comunicación en salud. Recuperado el 18 de noviembre de 2023, de [https://dmd.unadmexico.mx/contenidos/DCSBA/BLOQUE2/NA/02/NCES/unidad\\_02/descargables/NCES\\_U2\\_Contenido.pdf](https://dmd.unadmexico.mx/contenidos/DCSBA/BLOQUE2/NA/02/NCES/unidad_02/descargables/NCES_U2_Contenido.pdf)