

Planificación

Licenciatura: NUTRICIÓN APLICADA
Asignatura: EDUCACIÓN Y DIDÁCTICA PARA LA ALIMENTACIÓN I

Competencia general de la asignatura:
Analiza los fundamentos de la didáctica, educación y promoción para la salud, identificando su marco conceptual, teórico, metodológico y normativo, para promover la enseñanza de estilos de vida saludable.

Unidad 3. Estilos de vida saludables

Competencia específica:
Distingue los problemas nutricionales en México identificando las conductas y factores de riesgo que afectan a la salud, para promover estilos de vida saludable en la población

- Logros:
- Identifica los problemas nutricionales en la población mexicana
 - Distingue los comportamientos y hábitos alimentarios que afectan a la salud; y los relaciona con los factores determinantes que pueden generarlos.
 - Analiza los estilos de vida saludable en la población

Contenido	3.1 Problemas nutricionales en la sociedad actual 3.2 Comportamientos y hábitos alimenticios en la población 3.3 Factores determinantes de los hábitos alimenticios y su relación con la salud 3.4 Estilos de vida saludables
Secuencia del trabajo	1. Leer la competencia general y la competencia específica de la unidad. 2. Leer los contenidos de unidad 3 3. Revisar la planeación de la unidad 3. 4. Leer y en su caso, participar en el Foro de Dudas de forma permanente 5. Revisar materiales y recursos (tanto los de los contenidos como los propuestos por el docente) 6. Participar en los Foros 7. Elaborar y enviar Actividad 1 8. Elaborar y enviar la Evidencia de aprendizaje 9. Elaborar y enviar las Autorreflexiones 3

ACTIVIDADES	INDICACIONES	EVALUACIÓN.									
Foro La salud en México	<p>La Salud en la población es un elemento muy importante a considerar en el desarrollo de la economía en cualquier país, por lo que de forma general constituye una de las prioridades que buscan las políticas públicas para ayudar a mantener el bienestar social de todos los habitantes.</p> <p>Indicaciones:</p> <p>1. Lee detenidamente los siguientes materiales:</p> <p>3.1 Problemas nutricionales en la sociedad del contenido de la Unidad 3</p> <p>Ortiz Gómez, A. S. (2006). La alimentación en México: enfoques y visión a futuro: (ed.). Hermosillo (México), Argentina: Red Estudios Sociales. Recuperado de https://elibro.net/es/lc/unadmexico/titulos/8170</p> <p>2. Responde las siguientes preguntas:</p> <p>¿Quiénes son los principales actores responsables de la salud alimentaria?</p> <ul style="list-style-type: none">El EstadoLa condición económicaLas prácticas culturales que rigen la alimentación <p>¿Cómo calificaría en una escala de 0-10 el estado de salud alimentaria de la población mexicana?</p> <p>¿Qué factores interviene para considerar a un individuo sano?</p>	<p>Fecha límite de entrega: 19 de mayo del 2024</p> <p>Criterios de evaluación:</p> <table><tr><th>Puntuación</th><th>Criterios</th><th>Descripción</th></tr><tr><td>25 %</td><td>Responde en relación con las lecturas las preguntas planteadas: ¿Quiénes son los principales actores responsables de la salud alimentaria? ¿Cómo calificaría en una escala de 0-10 el estado de salud alimentaria de la población mexicana?</td><td>Responde a los cuestionamientos adecuadamente sin salirse del tema y aportando puntos nuevos para reflexionar.</td></tr><tr><td></td><td>¿Qué factores interviene para considerar a un individuo sano?</td><td></td></tr></table>	Puntuación	Criterios	Descripción	25 %	Responde en relación con las lecturas las preguntas planteadas: ¿Quiénes son los principales actores responsables de la salud alimentaria? ¿Cómo calificaría en una escala de 0-10 el estado de salud alimentaria de la población mexicana?	Responde a los cuestionamientos adecuadamente sin salirse del tema y aportando puntos nuevos para reflexionar.		¿Qué factores interviene para considerar a un individuo sano?	
Puntuación	Criterios	Descripción									
25 %	Responde en relación con las lecturas las preguntas planteadas: ¿Quiénes son los principales actores responsables de la salud alimentaria? ¿Cómo calificaría en una escala de 0-10 el estado de salud alimentaria de la población mexicana?	Responde a los cuestionamientos adecuadamente sin salirse del tema y aportando puntos nuevos para reflexionar.									
	¿Qué factores interviene para considerar a un individuo sano?										

	<p>3. Redacta como conclusiones un comentario crítico en el que expongas tu punto de vista de la salud en México (de 8 a 10 renglones)</p> <p>4. Retroalimenta las actividades de dos de tus compañeros (mínimo)</p> <p>Recuerda:</p> <ul style="list-style-type: none">• Utiliza un lenguaje claro, ordenado y respetuoso.• Participa oportunamente en las discusiones y sus intervenciones están relacionadas directamente con el tema de discusión y la coherencia con las aportaciones de los otros compañeros.• Seguimiento de la línea de discusión. Aporta nuevas ideas a la discusión y establece conexiones con profundidad y detalle, por lo que sus intervenciones claramente se relacionan con las ideas expuestas previamente.• Precisión de opiniones. Aporta citas textuales y se refleja claramente lo que es propio de lo que es citado. Cita las ideas de los compañeros. Da información sustancial sobre el tema.• De las Intervenciones. Las aportaciones son breves y precisas, predomina el contenido más que la cantidad y en cada intervención profundiza en el tema de discusión.• Las referencias deben estar bajo las normas APA.	<table><tr><td>25 %</td><td>Redacta como conclusiones un comentario crítico en el que expongas tu punto de vista de la salud en México (de 8 a 10 renglones)</td><td>Redacta un comentario crítico de 8 a 10 renglones en el que se muestra conocimiento profundo del estado de salud en México</td></tr><tr><td>25 %</td><td>Calidad de la retroalimentación</td><td>Retroalimenta a dos de tus compañeros (mínimo), con respecto, actitud positiva y abierta a la crítica. Sus retroalimentaciones cuentan con los 3 elementos siguientes: -Aporta información nueva y puntos a reflexionar. -Resalta los puntos positivos de la participación a retroalimentar. -Con participaciones claras, muestra apertura a nuevos comentarios, evitando prejuicios y siendo asertivo(a).</td></tr><tr><td>25 %</td><td>Intervenciones oportunas</td><td>Siempre realizar intervenciones oportunas. Sus aportaciones se dirigen a la reflexión grupal y no sólo a compañeros específicos.</td></tr></table> <p>Nota importante: Se penalizará con 10% máximo a los criterios establecidos en el encuadre como: entregas extemporáneas, faltas de ortografía, redacción, citado y referencias en APA.</p>	25 %	Redacta como conclusiones un comentario crítico en el que expongas tu punto de vista de la salud en México (de 8 a 10 renglones)	Redacta un comentario crítico de 8 a 10 renglones en el que se muestra conocimiento profundo del estado de salud en México	25 %	Calidad de la retroalimentación	Retroalimenta a dos de tus compañeros (mínimo), con respecto, actitud positiva y abierta a la crítica. Sus retroalimentaciones cuentan con los 3 elementos siguientes: -Aporta información nueva y puntos a reflexionar. -Resalta los puntos positivos de la participación a retroalimentar. -Con participaciones claras, muestra apertura a nuevos comentarios, evitando prejuicios y siendo asertivo(a).	25 %	Intervenciones oportunas	Siempre realizar intervenciones oportunas. Sus aportaciones se dirigen a la reflexión grupal y no sólo a compañeros específicos.
25 %	Redacta como conclusiones un comentario crítico en el que expongas tu punto de vista de la salud en México (de 8 a 10 renglones)	Redacta un comentario crítico de 8 a 10 renglones en el que se muestra conocimiento profundo del estado de salud en México									
25 %	Calidad de la retroalimentación	Retroalimenta a dos de tus compañeros (mínimo), con respecto, actitud positiva y abierta a la crítica. Sus retroalimentaciones cuentan con los 3 elementos siguientes: -Aporta información nueva y puntos a reflexionar. -Resalta los puntos positivos de la participación a retroalimentar. -Con participaciones claras, muestra apertura a nuevos comentarios, evitando prejuicios y siendo asertivo(a).									
25 %	Intervenciones oportunas	Siempre realizar intervenciones oportunas. Sus aportaciones se dirigen a la reflexión grupal y no sólo a compañeros específicos.									
Tarea Comportamientos y hábitos alimentarios	<p>La finalidad de esta actividad es que puedas identificar cuáles son los comportamientos y hábitos alimenticios en tu lugar de origen a través de una encuesta que sirva como herramienta para realizar un diagnóstico que sirva de base para la creación de planes y programas de intervención.</p> <p>Indicaciones:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Revisa detenidamente el punto 3.2 Comportamientos y hábitos alimenticios de la población del contenido de la Unidad 3 y el material de apoyo de la Unidad 3 para realizar la actividad.2. Elabora un instrumento de recopilación de información (cuestionario cerrado) para realizar una encuesta sobre los comportamientos y hábitos alimenticios de tu comunidad con respecto a la problemática de tu proyecto (Evidencia Unidad 2), este debe de estar conformado por 15 preguntas máximo.3. Aplica el instrumento a 15 personas de tu comunidad (utilizando la herramienta de Google).	<p>Fecha límite de entrega: 23 de mayo del 2024</p> <p>Criterios de evaluación:</p> <table><tr><th>Puntos</th><th>Criterio</th><th>Descripción</th></tr><tr><td>15</td><td>Presenta el instrumento de recolección de información sobre los comportamientos y hábitos alimenticios de la comunidad</td><td>El instrumento debe de contener: -Datos generales -Objetivo del instrumento</td></tr></table>	Puntos	Criterio	Descripción	15	Presenta el instrumento de recolección de información sobre los comportamientos y hábitos alimenticios de la comunidad	El instrumento debe de contener: -Datos generales -Objetivo del instrumento			
Puntos	Criterio	Descripción									
15	Presenta el instrumento de recolección de información sobre los comportamientos y hábitos alimenticios de la comunidad	El instrumento debe de contener: -Datos generales -Objetivo del instrumento									

	<div><div>4. Presenta la información de manera gráfica y describe cada una de las variables o aspectos que buscabas explorar en cada una de las preguntas.</div><div>5. Incluye en la estructura de tu actividad introducción, desarrollo, conclusiones y fuentes de información en formato APA.</div><div>6. Envía tu actividad en un documento con formato PDF con la nomenclatura correcta.</div><div>7. Espera la retroalimentación.</div></div>			<div><div>- Instrucciones</div><div>-15 ítems (preguntas) de opción múltiple</div><div>- Agradecimiento</div></div>
		25	Presenta la elaboración de ítems con respuestas de opción múltiple (libro de código)	Realiza un libro de códigos para elaborar los ítems del instrumento de recolección de información que contenga : Variable a medir ítems (preguntas) Categorías (opciones de respuesta) Código por cada respuesta (Valor numérico) Columna o número de pregunta
		35	Aplica el instrumento y presenta resultados de manera gráfica a 15 sujetos sobre sus comportamientos y hábitos alimenticios	Analiza la información recabada de manera numérica , extrae de los resultados la frecuencia y realiza grafica
		25	Realiza un escrito en el que describe cada una de las variables que se midieron en el instrumento	De los resultados obtenidos de las encuestas, describe de manera particular cada una de las variables que se midieron en relación con los

		<table><tr><td></td><td></td><td>comportamientos y hábitos alimenticios</td></tr></table> <p>Nota importante: Se penalizará con 10% máximo a los criterios establecidos en el encuadre como: entregas extemporáneas, faltas de ortografía, redacción, citado y referencias en APA.</p>			comportamientos y hábitos alimenticios																		
		comportamientos y hábitos alimenticios																					
Evidencia de aprendizaje: Estilos de vida saludables	<p>Esta actividad tiene la finalidad de construir un proyecto en el que se integren los elementos de argumentación y planificación para intervenir en problemáticas de salud alimentaria.</p> <p>Indicaciones:</p> <p>1) En esta evidencia compilarás las evidencias de aprendizaje de las unidades 1 y 2</p> <p>2) Revisa el siguiente material:</p> <p>Guía para la planeación y elaboración de proyectos de Telesalud. [Recurso electrónico]. México: Secretaría de Salud, Centro Nacional de Excelencia Tecnológica en Salud; 2020. Recuperado de: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/561446/TS_Guiaplaneacion_y_elaboracion_proyectos-junio2020.pdf</p> <p>3) El documento quedará estructurado de la siguiente manera:</p> <p>I. Portada</p> <p>II. Introducción</p> <p>III. Desarrollo:</p> <p>a) Problematicación (Planteamiento del problema, objetivos, justificación)</p> <p>b) Marco contextual (Situación actual de la problemática de salud alimentaria, investigación realizada en la actividad 2 de la Unidad 2)</p> <p>c) Marco normativo (Normativas, leyes, políticas y programas de promoción para la salud en el Estado)</p> <p>d) Comportamientos y hábitos alimentarios para la problemática de salud alimentaria o nutricional (resultados obtenidos en el cuestionario aplicado de la Actividad 2 de la Unidad 3)</p> <p>e) Propuestas, acciones o estrategias de estilo de vida saludable para problemática de salud alimentaria o nutricional elegida</p> <p>f) Planificación de actividades (formato de planificación)</p> <p>IV. Conclusión</p> <p>4) Envía tu actividad en formato PDF con la nomenclatura correcta</p> <p>5) Espera tu retroalimentación</p>	<p>Fecha límite de entrega: 28 de mayo del 2024</p> <p>Criterios de evaluación:</p> <table><tr><th>Puntos</th><th>Criterio</th><th>Descripción</th></tr><tr><td>10</td><td>Problematicación</td><td>En el apartado se coloca lo siguiente: - Problematicación -Objetivos generales y específicos del proyecto -Justificación</td></tr><tr><td>10</td><td>Marco contextual</td><td>Describe la situación actual de la problemática de salud alimentaria en el Estado donde se lleva a cabo el proyecto</td></tr><tr><td>10</td><td>Marco normativo</td><td>Identifica las Normas, leyes, políticas y programas de promoción para la salud.</td></tr><tr><td>10</td><td>Diagnóstico de los comportamientos y hábitos alimentarios para la problemática de salud alimentaria o nutricional en la población</td><td>Realiza un diagnóstico de la información recolectada a 15 sujetos sobre sus hábitos y comportamientos alimenticios</td></tr><tr><td>30</td><td>Propuestas, acciones y estrategias de estilos de vida saludable para problemática de salud alimentaria o nutricional elegida</td><td>Con base en el diagnóstico de los comportamientos y hábitos alimenticios realiza una propuesta que contenga estrategias y acciones que mejore los estilos saludables</td></tr><tr><td>30</td><td>Planificación de actividades (formato)</td><td>Realiza planificación de actividades de la propuesta</td></tr></table>	Puntos	Criterio	Descripción	10	Problematicación	En el apartado se coloca lo siguiente: - Problematicación -Objetivos generales y específicos del proyecto -Justificación	10	Marco contextual	Describe la situación actual de la problemática de salud alimentaria en el Estado donde se lleva a cabo el proyecto	10	Marco normativo	Identifica las Normas, leyes, políticas y programas de promoción para la salud.	10	Diagnóstico de los comportamientos y hábitos alimentarios para la problemática de salud alimentaria o nutricional en la población	Realiza un diagnóstico de la información recolectada a 15 sujetos sobre sus hábitos y comportamientos alimenticios	30	Propuestas, acciones y estrategias de estilos de vida saludable para problemática de salud alimentaria o nutricional elegida	Con base en el diagnóstico de los comportamientos y hábitos alimenticios realiza una propuesta que contenga estrategias y acciones que mejore los estilos saludables	30	Planificación de actividades (formato)	Realiza planificación de actividades de la propuesta
Puntos	Criterio	Descripción																					
10	Problematicación	En el apartado se coloca lo siguiente: - Problematicación -Objetivos generales y específicos del proyecto -Justificación																					
10	Marco contextual	Describe la situación actual de la problemática de salud alimentaria en el Estado donde se lleva a cabo el proyecto																					
10	Marco normativo	Identifica las Normas, leyes, políticas y programas de promoción para la salud.																					
10	Diagnóstico de los comportamientos y hábitos alimentarios para la problemática de salud alimentaria o nutricional en la población	Realiza un diagnóstico de la información recolectada a 15 sujetos sobre sus hábitos y comportamientos alimenticios																					
30	Propuestas, acciones y estrategias de estilos de vida saludable para problemática de salud alimentaria o nutricional elegida	Con base en el diagnóstico de los comportamientos y hábitos alimenticios realiza una propuesta que contenga estrategias y acciones que mejore los estilos saludables																					
30	Planificación de actividades (formato)	Realiza planificación de actividades de la propuesta																					

		<table><tr><td></td><td></td><td>que contenga: Datos generales Competencia Logros Contenidos Estrategias de enseñanza Estrategias de aprendizaje Actividades Recursos Evaluación Administración de tiempo (utiliza formato de planificación)</td></tr></table> <p>Nota importante: Se penalizará con 10% máximo a los criterios establecidos en el encuadre como: entregas extemporáneas, faltas de ortografía, redacción, citado y referencias en APA.</p>			que contenga: Datos generales Competencia Logros Contenidos Estrategias de enseñanza Estrategias de aprendizaje Actividades Recursos Evaluación Administración de tiempo (utiliza formato de planificación)										
		que contenga: Datos generales Competencia Logros Contenidos Estrategias de enseñanza Estrategias de aprendizaje Actividades Recursos Evaluación Administración de tiempo (utiliza formato de planificación)													
Autorreflexión de la unidad 3	<p>El objetivo de esta actividad es conocer cuáles son los estilos de vida saludables para crear programas de prevención que mejoren la calidad de vida de las personas.</p> <p>Indicaciones:</p> <ol style="list-style-type: none">Investiga en la web qué son los determinantes de la saludElabora una red semántica de estos considerando los siguientes criterios:<ol style="list-style-type: none">Identifica las palabras claves de las ideas principales del temaIdentifica las ideas principales con los sustantivos de las ideas secundariasEmplea nodos que enlacen las ideas y le den coherencia a los conceptosEscribe en un párrafo de 6 a 8 renglones la importancia de los estilos de vida como determinante de salud.Incluye en la estructura de tu actividad introducción, desarrollo, conclusiones y fuentes de información en formato APA.Envía tu actividad en un documento con formato PDF con la nomenclatura correcta.Espera la retroalimentación.	<p>Fecha límite de entrega: 1 de junio del 2024</p> <p>Criterios de evaluación:</p> <table><tr><th>Puntos</th><th>Criterio</th><th>Descripción</th></tr><tr><td>25</td><td rowspan="3">Elaboración de la red semántica</td><td>Identifica las palabras claves de las ideas principales de tema</td></tr><tr><td>25</td><td>Enlaza las ideas principales con los sustantivos de las ideas secundarias</td></tr><tr><td>10</td><td>Emplea nodos que le den coherencia a los conceptos</td></tr><tr><td>40</td><td>Elaboración de párrafo</td><td>Identifica la importancia de los estilos de vida como determinante de la salud</td></tr></table> <p>Nota importante: Se penalizará con 10% máximo a los criterios establecidos en el encuadre como: entregas extemporáneas, faltas de ortografía, redacción, citado y referencias en APA.</p>	Puntos	Criterio	Descripción	25	Elaboración de la red semántica	Identifica las palabras claves de las ideas principales de tema	25	Enlaza las ideas principales con los sustantivos de las ideas secundarias	10	Emplea nodos que le den coherencia a los conceptos	40	Elaboración de párrafo	Identifica la importancia de los estilos de vida como determinante de la salud
Puntos	Criterio	Descripción													
25	Elaboración de la red semántica	Identifica las palabras claves de las ideas principales de tema													
25		Enlaza las ideas principales con los sustantivos de las ideas secundarias													
10		Emplea nodos que le den coherencia a los conceptos													
40	Elaboración de párrafo	Identifica la importancia de los estilos de vida como determinante de la salud													
Asignación docente	<p>Esta actividad está diseñada para reforzar los contenidos de las tres unidades de la asignatura y utilizar la infografía como herramienta didáctica para la promoción de estilos de vida saludables</p> <p>Indicaciones:</p> <ol style="list-style-type: none">Elabora una infografía de los factores de riesgo y protección de los estilos de vida de la población a la que va dirigida el proyecto de investigación, para ello considera los siguientes puntos:<ol style="list-style-type: none">Identifica la población a la que va dirigido tu proyectoIdentifica los factores de riesgo de la obesidadIdentifica los factores de protección que generen estilos de vida sanosElabora la infografía que contenga información e imágenes, para ello te recomiendo que utilices las siguientes opciones: https://www.canva.com/ o https://es.padlet.com/	<p>Fecha límite de entrega: 6 de junio del 2024</p> <p>Criterios de evaluación:</p> <table><tr><th>Puntos</th><th>Criterio</th><th>Descripción</th></tr><tr><td>25</td><td>Población a la que va dirigida</td><td>La infografía está dirigida pedagógicamente a la población sugerida por el proyecto</td></tr><tr><td>30</td><td>Identificación de riesgo y protección</td><td>Identifica de manera clara y precisa los factores de protección y</td></tr></table>	Puntos	Criterio	Descripción	25	Población a la que va dirigida	La infografía está dirigida pedagógicamente a la población sugerida por el proyecto	30	Identificación de riesgo y protección	Identifica de manera clara y precisa los factores de protección y				
Puntos	Criterio	Descripción													
25	Población a la que va dirigida	La infografía está dirigida pedagógicamente a la población sugerida por el proyecto													
30	Identificación de riesgo y protección	Identifica de manera clara y precisa los factores de protección y													

	3. Envía en el espacio de asignación docente un archivo 4. Revisa los criterios de evaluación para elaborar esta actividad. 5. Guarda tu actividad en formato PDF; utiliza la nomenclatura correcta.			riesgo a obesidad abdominal en la población en relación con la problemática del proyecto	
		20	Recurso imágenes coherentes al tema	El recurso didáctico incorpora elementos visuales relevantes al tema trabajado	
		25	Diseño del recurso	Motiva a un llamado a la acción a través de la organización y diseño del material	
		Nota importante: Se penalizará con 10% máximo a los criterios establecidos en el encuadre como: entregas extemporáneas, faltas de ortografía, redacción, citado y referencias en APA.			