

Actividades Extracurriculares para la Formación Integral de los Alumnos de la licenciatura en Nutrición

Mónica Reyes & Herica Arias

Mónica Reyes & Herica Arias
Universidad Autónoma de Nayarit Ciudad de la Cultura Amado Nervo Boulevard Tepic-Xalisco S/N C.P. 63190 Tepic,
Nayarit. México.

J. Peña, M. Moctezuma, (eds.). Ciencias de la Docencia Universitaria. Proceedings-©ECORFAN-México, Nayarit, 2015.

Introducción

La formación integral del estudiante implica un aprendizaje intencionado, inclinado a fortalecer una personalidad crítica, ética, responsable, creativa y solidaria para enriquecer y favorecer su identidad cultural. Busca una visión multidimensional del alumno, desarrollando aspectos como inteligencia emocional, intelectual, social y ética (Ruiz Lugo, 2013).

Junto con la búsqueda de una excelencia profesional, se promueve una actitud de servicio, perseverancia y espíritu crítico, así como el compromiso de servir a la sociedad (Escobar Potes, Franco Peláez, Duque Escobar, 2010). El aprender a ser, a hacer, a aprender, a emprender y a convivir, son actividades que le ayudan al estudiante a su formación integral.

En la Licenciatura en Nutrición, se ha dado importancia a la formación integral del estudiante desde el primer año de la carrera con actividades tales como: congresos, simposios, foros de actualización, servicio a comunidades de diferentes grupos de edades y situaciones fisiopatológicas en detección de problemas nutricionales y guías de alimentación saludable, así como en brigadas a población que más lo necesita, administración en servicios de alimentación y el papel del nutriólogo en el área deportiva, atendiendo a pacientes durante activaciones físicas.

Según la ENSANUT (2012), parte de las epidemias actuales de nuestro país son el sobrepeso, obesidad y diabetes. En el caso de ésta última, en los últimos 12 años hubo un incremento de cerca del 60% en su prevalencia, mientras que el sobrepeso y la obesidad afectan a 7 de cada 10 mexicanos, al 9.7% de los menores de 5 años y a 34% de los individuos de 5 a 19 años.

Ya teniendo identificados los problemas nutricionales de cada grupo vulnerable, es necesario otorgar la orientación nutricional correspondiente tomando en cuenta las causas subyacentes para impactar significativamente en cada grupo, tomando en cuenta la adquisición de alimentos (producción, compra y donación), adquisición de consciencia y conocimientos, disponibilidad de servicios de salud y condiciones ambientales, sociales y económicas.

2 Desarrollo

La formación integral incluye conocimientos y habilidades para el desempeño profesional, por medio de: conocimientos teóricos y prácticos, desarrollo de herramientas metodológicas para un autoaprendizaje constante y permanente, elementos para crear en el alumno actitudes éticas y valores con responsabilidad social con el fin de formar seres creativos, críticos y cultos, comprometidos con el desarrollo de su sociedad y del país (Ruiz Lugo, 2013).

- Congresos a los que se ha asistido con alumnos.

Creemos que el que los alumnos de la licenciatura en Nutrición están constantemente actualizándose por medio de simposios, foros y congresos, dentro de la entidad como fuera de esta, les sirve bastante para aumentar su sentido crítico y así tener un conocimiento extra fuera de aula aprendiendo a aprender de una manera diferente a la que se aprende dentro del aula. Se crean perspectivas diferentes de lo que conocen dentro de la facultad y crean su propio juicio sobre temas nutricionales de actualidad. También su capacidad creativa aumenta debido a los panoramas que se existen fuera de la facultad.

Algunos de los congresos, simposios y foros de actualización a los que han sido invitados los alumnos por medio de los docentes de la licenciatura en Nutrición desde los primeros años son:

- I Congreso “Nuevas Tendencias en Nutrición 2011”, 2011. Guadalajara, Jalisco.

Asistencia con 30 alumnos de primer año.

- 2do Simposio de “Antioxidantes y Salud”, del Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición “Salvador Zubirán”, 2012. Cd. De México.

Asistencia con 30 alumnos de segundo año.

- XXVIII Congreso de AMMFEN “La investigación en los campos profesionales del nutriólogo”, 2013. Mazatlán.

Asistencia con 45 alumnos de segundo año.

- II Congreso “Nuevas Tendencias en Nutrición 2013”, 2013. Guadalajara.

Asistencia con 30 alumnos de segundo año.

- 1er Foro estatal en Alimentación y Salud Pública “Los nuevos paradigmas en la construcción del conocimiento”, 2014. Tepic Nayarit.

Asistencia con 40 alumnos de tercer año.

- 1er Congreso Internacional de Avances Científicos en Nutrición “Vanguardia e Innovación en el ejercicio profesional del Nutriólogo”, 2014. Vallarta, Jalisco.

Asistencia con 30 alumnos de segundo año y 15 alumnos de primer año.

- 2do Simposio de Nutrición, “Carbohidratos, ¿enemigos de la salud?”, 2014. Tepic, Nayarit.

Asistencia con 80 alumnos de primero, segundo y tercer año.

- 1er encuentro de Nutriólogos, “Coaching Nutricional”, 2014. Vallarta, Jalisco.

Asistencia con 40 alumnos de tercer año.

- Simposio de Diabetes de la Asociación de Diabetes, Obesidad y Nutrición de México, 2014.

Asistencia con 40 alumnos de tercer año y 10 alumnos de segundo año.

- 3er Congreso Nestlé “Temas Selectos en Nutrición Pediátrica”, 2014. Cd. De México.

Asistencia con 20 alumnos de tercer año y 20 más de segundo año.

Figura 2 Congreso AMMFEN, Mazatlán Sinaloa



Como docentes, al acompañar a los estudiantes a este tipo de eventos de actualización hemos notamos que aprenden a convivir con otros estudiantes de universidades de todo México y también aprenden a aprender de los mismos, mediante el intercambio de conocimientos en el área por medio de talleres, mesas redondas y demás técnicas de aprendizaje aplicadas en estos eventos. Así mismo, hemos notado que el mismo estudiante busca este tipo de eventos sociales y de actualización para poder conocer más sobre temas relacionados con su carrera y eso suma experiencias que no se pueden comparar con las vividas dentro de un salón de clase.

- **Activaciones Físicas Masivas.**

Como parte complementaria a su formación, se han implementado programas de atención nutricional a la sociedad en general, tales son las activaciones físicas masivas que se han estado llevando a cabo junto con el programa de la Licenciatura en Cultura Física y Deportes de la UAN por medio de la federación de estudiantes(FEUAN), en el cual hemos asistido con los alumnos de años avanzados a diferentes preparatorias de la UAN y en las mismas instalaciones de la UAN, con el fin de dar orientación nutricional a los mismos alumnos pertenecientes de la UAN. Los alumnos de la licenciatura en Nutrición practican los conocimientos obtenidos en clase y así hacen mediciones antropométricas y dan recomendaciones nutricionales dependiendo el estado nutricional que tengan, esto con el fin de dar seguimiento nutricional a todos los pacientes ya en el edificio de la licenciatura en Nutrición.

También, en estos eventos se dan colaciones saludables a los asistentes que los mismos alumnos de la licenciatura preparan, tales como ensaladas de verduras frescas, fruta o verdura picada. Hemos visto como los alumnos de la licenciatura aumentan su seguridad al realizar las asesorías nutricionales a los asistentes, así como al momento de hacer la evaluación antropométrica la hacen más seguros de sí mismos y con mayor precisión que en el salón de clase. Estas actividades le suman autoconfianza al alumno, así como un mayor aprendizaje de lo practicado comparado con lo visto en el salón de clase.

Figura 2.1 Activación Física en Preparatoria 13 de la UAN



Figura 2.2 Evaluación nutricional en activaciones físicas



Figura 2.3 Stand con comida saludable en activaciones físicas



- Brigadas nutricionales

Otras de las actividades de formación integral que hemos empleado en los alumnos de la licenciatura en Nutrición son las brigadas nutricionales en primarias (aproximadamente 3,300 estudiantes de primaria). Uno de los programas que se está llevando a cabo, es el programa que hemos llevado en conjunto con la Licenciatura en Enfermería de la UAN, el cual tiene como fin prestar servicio social en mejora de la sociedad, para lo cual llevan a cabo la campaña para combatir a la pediculosis, y por la parte de Nutrición, la evaluación y seguimiento nutricional de los niños que asisten a estas primarias.

El alumno de la licenciatura en Nutrición lleva a práctica sus conocimientos sobre nutrición comunitaria, haciendo evaluaciones nutricionales a los niños y dando pláticas sobre una correcta alimentación, así como realizando un proceso de detección y derivación de pacientes con problemas en su estado nutricional. Se transmite el conocimiento nutricional mediante diferentes didácticas de acuerdo a la edad de la comunidad a la que asistan. En estas actividades se ha visto una gran aceptación entre los alumnos de la licenciatura en Nutrición, ya que disfrutan ir a las diferentes comunidades, así mismo emplean y mejoran su capacidad creativa al diseñar diferentes actividades y dinámicas nutricionales con el fin de que la población se quede con ese conocimiento nutricional transmitido. También trabajan su ética profesional y la responsabilidad hacia su población a tratar.

Figura 2.4 Brigadas Nutricionales en primarias



Figura 2.5 Pláticas nutricionales en primarias



Figura 2.6 Brigadas Nutricionales en primarias



- Consulta externa, dependientes de la facultad a público en general.

En el edificio donde se sitúa actualmente la licenciatura en Nutrición, desde el año pasado a la fecha, se ha brindado el servicio de consulta y orientación nutricional a todo tipo de pacientes, pertenezcan o no a la UAN. Aquí los estudiantes ofrecen sus servicios de evaluación, orientación y seguimiento nutricional, dando recomendaciones y ejemplos de menú según la patología o sintomatología que presente el paciente. Se ha visto una grata participación por parte de los alumnos al ser participativos e ir creando sus propios menús y formatos con recomendaciones. Como docentes, hemos notado una mejoría en el trato con el paciente, que se logra solo con la práctica de los conocimientos adquiridos en aula, una mayor seguridad al tratar a los mismos, así como una habilidad al crear menús.

- Consulta a deportistas de INCUFID.

Se hizo un convenio de la licenciatura con INCUFID en el cual los alumnos atienden a sus deportistas jóvenes (aproximadamente 120 deportistas) con el fin de que tengan un mejor desempeño en sus actividades deportivas. Las disciplinas que los estudiantes de la licenciatura en Nutrición han atendido son: box, patinaje, gimnasia, lanzamiento de bala y jabalina, básquetbol, fútbol, volibol, karate, tae kwon do, bádminton, natación, así como a los deportistas con actividad recreativa y de alto rendimiento. Se dan valoraciones nutricionales, planes y recomendaciones nutricionales, así como el seguimiento nutricional. También se han dado pláticas de orientación nutricional a padres de familia y a los mismos deportistas, haciendo hincapié en la importancia del apoyo familiar en el tratamiento de los mismos. Los estudiantes han presentado un mayor sentido crítico al estar en clases del área de nutrición deportiva y se han inquietado en aumentar sus conocimientos, no solo quedándose con los conocimientos del aula, sino investigando por su parte temas del área de nutrición deportiva.

- Proyecto de Intervención. Educar para Nutrir.

Proyecto dirigido a diferentes comunidades del estado de Nayarit. Es un programa de vinculación social que lo realiza la Secretaría de Docencia de la UAN, en la cual el programa de Nutrición participa; su función principal es la de identificar los principales retos de salud y nutrición en términos de magnitud, trascendencia y vulnerabilidad con la que se presentan y de sus implicaciones, es una tarea permanente que requiere contar con información oportuna, relevante y de calidad. Consta de impartir dos talleres en primarias, para niños y padres de familia, en los cuales se darán pláticas acerca de una alimentación correcta, se recibirán clases de preparación de alimentos y se les capacitará para que puedan difundir nuevas tendencias de nutrir en el resto de la familia. Tiene como fin que tanto niños como padres de familia identifiquen los alimentos adecuados para su consumo y esto favorezca el correcto crecimiento y desarrollo del niño.

Figura 2.7 Orientación nutricional por parte de los estudiantes



Figura 2.8 Estudiantes dando recomendaciones



- Grupo de Ayuda Mutua “Valorando mi existir”, Asociación Civil. Compostela, Nayarit. Febrero- junio 2014.

Se brindó por parte de los estudiantes de la licenciatura, asesoría nutricional a 112 personas del grupo de ayuda mutua, en donde realizaron una evaluación nutricia, planes de nutrición, ejemplos de menú y motivaron a sus asistentes con activaciones físicas.

Figura 2.9 Estudiantes que dieron pláticas al grupo.



Figura 2.10 Estudiantes dando orientación nutricional.



- Alimentación a empresa Villa Santiago en Compostela Nayarit. Cultivo de productos orgánicos (chile morrón. Jitomates, pepinos). Febrero - Junio 2014.

Se realizó una evaluación del estado nutricional a 30 empleados de la empresa. Además se implementaron planes de alimentación, así como seguimiento nutricional por cuatro meses.

Figura 2.11 Estudiantes con parte del personal de la empresa



- Jornadas médicas en apoyo a Jubilados del SPAUAN.

Participación de los estudiantes de la licenciatura en Nutrición en las jornadas de promoción de salud que realiza el sindicato del personal académico de la UAN con el área de nutrición en la que se realizan detecciones y asesoría nutricional según patologías crónico-degenerativas que lo requieran.

Figura 2.12 Stand de apoyo de Nutrición



- Participación de programas federales de Estrategia Estatal para la prevención y control de la DM, Sobrepeso y Obesidad. Julio 2014

La licenciatura en nutrición participó en el arranque de esta estrategia nacional en el mes de Julio del presente año con un evento masivo organizado por la Secretaria de Salud, en la cual participaron diferentes dependencias para trabajar en conjunto, con el objetivo de intervenir disminuyendo índices de patologías crónicas-degenerativas y como consecuencia disminuir la morbi-mortalidad de estos pacientes.

Los estudiantes apoyaron con un stand en el cual hicieron evaluaciones del estado nutricional y recomendaciones generales.

Figura 2.13 Stand de Nutrición



- Fundación Mexicana para el Desarrollo Rural, A.C.

Los centros de atención y educación infantil para hijos de cortadores y ensartadores del tabaco están trabajando en conjunto con acciones coordinadas de dependencias del gobierno federal, empresas tabacaleras y asociaciones civiles, con el propósito de contribuir y disminuir la utilización de mano de obra infantil en los campos agrícolas, proporcionando a los niños de 1.5 a 14 años una atención integral, cumpliendo así con el derecho que tienen a la salud, educación, alimentación, vivienda y migración.

Este programa se lleva a cabo anualmente en los meses de enero a mayo, en los poblados de: Guadalupe Victoria en San Blas, Nayarit; Ruíz, Nayarit; Puerta de Mangos en Santiago Ixcuintla, Nayarit; Rosa Blanca, Cofradía, Aguajes y Colonia Ramírez en Jala Nayarit.

Se está trabajando con alumnos de la licenciatura en Nutrición en hacer menús cíclicos para estos niños, con el propósito que mientras sus padres están trabajando ellos están en la escuela y nutriéndose.

También evalúan el estado nutricional de estos niños y dan seguimiento a los que lo necesitan, sea por bajo peso o por sobrepeso.

Así mismo, se lleva un control con el personal de cocina tanto de higiene como en el correcto uso de los alimentos, a manera que se aproveche y no se desperdicie la comida.

Figura 2.14 Familias en las parcelas



2.1 Conclusiones

Nos es grato el emplear en los alumnos estas actividades de formación integral desde primeros años ya que hemos visto un mejor desempeño en el ámbito académico, así mismo entre ellos surgen ideas innovadoras y creativas.

Debido a que la licenciatura en Nutrición en la UAN es muy reciente, aún nos falta mucho por hacer con la población estudiantil. Tenemos mucho campo de acción para los nutriólogos y queremos que los alumnos sepan aprovechar cada uno de estos campos y que puedan mejorarlos, con el fin de que la sociedad en general pueda estar más saludable y con mejores hábitos alimenticios.

Hemos visto, en todas las actividades propuestas a los alumnos de la licenciatura, que han colaborado de manera satisfactoria y que de esta manera hemos obtenido:

- Un sentido crítico en el conocimiento que se expone en los congresos y en el aula, así como al realizar ponencias en el aula.
- Autoaprendizaje de las experiencias ganadas en estas actividades.
- Práctica de los conocimientos adquiridos en aula al salir a las diferentes comunidades y una mayor seguridad en sí mismos al tratar con sus pacientes.
- Responsabilidad social al ayudar a la sociedad con problemas nutricionales o al darles una guía nutricional, así como al tenerlos como pacientes de seguimiento.

Con estas acciones la UAN cumple con su propósito principal de llevar sus conocimientos al pueblo y así favorecer el desarrollo armónico e integral de la población en general.

2.2 Referencias

Ruiz Lugo L. (2013), *Formación integral: desarrollo intelectual, emocional, social y ético de los estudiantes*. Sonora, México.

Escobar Potes M., Franco Peláez Z., Duque Escobar J. (2010), *La formación integral en la educación superior. Significado para los docentes como actores de la vida universitaria*. Santa Fe de Bogotá.

Encuesta Nacional en Salud y Nutrición
(2012).<http://ensanut.insp.mx/informes/ENSANUT2012ResultadosNacionales.pdf>