



**PROGRAMA 2023**

# **SEMINARIO DE CONSEJERÍA NUTRICIONAL**

**PLANTEL DOCENTE:**

Lic. Natalia J. Argüello Irala, ayudante diplomado

**UBICACIÓN DEL PLAN DE ESTUDIOS:** 4° año

**RÉGIMEN DE LA ASIGNATURA:** Seminario

**CARGA HORARIA TOTAL:** 28 hs

## **FUNDAMENTACIÓN**

La Consejería es una técnica ampliamente utilizada en diferentes disciplinas, que tiene por objeto orientar a las personas en la detección de sus problemas y en la toma de decisiones para resolverlos a través de cambios de conducta.

La Consejería o Counselling no hace referencia a “aconsejar”; si no que es una técnica comunicacional cuyo propósito fundamental es desarrollar la autonomía de las personas. Para ello se busca el desarrollo de un vínculo entre el Consejero y su destinatario; que da el contexto seguro para la exploración de la realidad del entrevistado a través de un diálogo confiable y una escucha atenta por parte del Consejero. La resolución de situaciones problemáticas se da en forma conjunta entre ambos, mediante la identificación de recursos y de conductas positivas existentes y/o posibles de incorporar; y la síntesis de un plan de acción elaborado por el consejero, como un resumen de lo conversado y de las soluciones posibles detectadas entre ambos.

Encarar la relación con el otro a través de la técnica de Consejería, requiere del Consejero el desarrollo de una serie de habilidades y herramientas interpersonales y comunicacionales, cuya meta es comprender la realidad, las expectativas y las creencias de la persona que entrevista con el fin de guiar el tratamiento de una manera personalizada e integrada a su realidad. El desarrollo de éstas habilidades por parte de los/las estudiantes se logra con el estudio, análisis y puesta en práctica a lo largo del seminario. Para complementar el proceso se desarrollan actividades donde los alumnos ponen en prácticas las habilidades adquiridas, en el marco de acciones en conjunto con la Secretaría de Extensión.

Que el alumno adquiera las habilidades de Consejería resulta sumamente útil e imprescindible en el futuro profesional, tanto en la consulta nutricional, como en salas de internación o en la participación de talleres; así como en cualquier situación que requiera que el profesional de la salud pueda escuchar y aprender de la realidad de las personas, para luego brindar información concreta y apropiada; mediante un vínculo confiable que demuestra interés, respeto y comprensión; y acepta los dichos y sentimientos del individuo y mientras refuerza la confianza en la tarea que les compromete.

## **PROPÓSITO**

Favorecer el desarrollo de las habilidades en consejería para ser aplicadas durante el ejercicio profesional.

## **OBJETIVO GENERAL**

Promover en el/la estudiante la capacidad de aplicar las habilidades de la Consejería en el ámbito Nutricional.

## **CONTENIDO**

### **UNIDAD 1: Consejería: Definición**

#### **Objetivos específicos**

- Conocer los antecedentes históricos, definición, fundamentos e importancia de la consejería.
- Reconocer el papel del profesional de la nutrición y los diferentes ámbitos para la realización de consejería
- Diferenciar la comunicación terapéutica de la comunicación social.

#### **Contenidos**

Definición. Antecedentes históricos de la consejería en Nutrición. Fundamentos. Importancia para el profesional de la salud. Comunicación social. Comunicación terapéutica.

### **UNIDAD 2: Habilidades de escucha y aprendizaje**

#### **Objetivos específicos**

- Reconocer la importancia de la escucha y el aprendizaje en la consulta

nutricional.

- Distinguir y valorar las habilidades comunicacionales.
- Aplicar las habilidades comunicacionales en diferentes grupos diferentes ámbitos y contextos.

### **Contenidos**

Habilidades de escucha y aprendizaje: Uso de técnicas verbales y no verbales. Formulación de preguntas. La escucha mediante el reflejo. Análisis de palabras enjuiciadoras. Relación terapéutica y escucha empática.

### **UNIDAD 3: Habilidades para reforzar la confianza y dar apoyo**

#### **Objetivos específicos**

- Reconocer la importancia de reforzar y dar apoyo en la consulta nutricional.
- Distinguir y valorar las habilidades para reforzar la confianza y dar apoyo.
- Aplicar las habilidades en diferentes grupos diferentes ámbitos y contextos.

### **Contenidos**

Habilidades para reforzar la confianza y dar apoyo. Lenguaje de cambio. Reconocimiento y elogio. La ayuda práctica. Estrategias útiles para que la información y las sugerencias se transformen en herramientas terapéuticas. Vocabulario apropiado. Formulación de un plan de acción.

### **UNIDAD 4: Momentos de la consejería y Entrevista Motivacional**

#### **Objetivos específicos**

- Reconocer los diferentes momentos de la consejería en la consulta nutricional.
- Distinguir los momentos de una entrevista.
- Aplicar las habilidades en el contexto de la entrevista motivacional.

## **Contenidos**

Entrevista motivacional. Estadios del cambio: modelo de Prochaska y DiClemente. Momentos de la consejería: etapas de una entrevista. Aplicación de las habilidades de consejería en la consulta nutricional de diferentes grupos de población.

## **UNIDAD 5: Prácticas clínicas de Consejería**

### **Objetivos específicos**

- Aplicar los aprendizajes logrados en grupos de población diversos.
- Acercar al estudiante a la práctica profesionalizante.

### **Contenidos**

Aplicación en terreno de las diferentes habilidades de consejería.

## **CARACTERÍSTICAS METODOLÓGICAS**

Se utilizará una amplia variedad de experiencias de aprendizaje lo que permitirá la comprensión de los conceptos desde el aspecto contemplativo hasta el experimental. Entre ellas se incluyen las clases teóricas presenciales y/o a través de entornos virtuales fundamentalmente de tipo participativo, demostraciones ilustrativas, trabajo en grupos con discusiones, lecturas de artículos, representación del tipo de “juego de roles” y práctica clínica.

Los alumnos deberán desarrollar sus habilidades en consejería nutricional en forma gradual durante la cursada en el espacio áulico y finalmente podrán aplicarlas en una población seleccionada como parte de la práctica clínica.

## **CRONOGRAMA**

Se realizan encuentros semanales, de 2 (dos) horas de duración, que se desarrollan en el espacio áulico o en la locación de prácticas correspondiente.

Semana 1	Presentación
Semana 2	Habilidades de escucha y aprendizaje
Semana 3	Puesta en práctica:Habilidades de escucha y aprendizaje
Semana 4	Habilidades para reforzar la confianza y dar apoyo
Semana 5	Puesta en práctica:Habilidades para reforzar la confianza y dar apoyo
Semana 6	Momentos de la consejería. Entrevista motivacional
Semana 7	Puesta en práctica: Momentos de la consejería. Entrevista motivacional
Semana 8	Consejería en diferentes poblaciones: Familias con vulnerabilidad social. Pacientes institucionalizados.
Semana 9	Consejería en diferentes poblaciones. Embarazo, lactancia, alimentación infantil.
Semana 10	Puesta en práctica: Consejería en diferentes poblaciones
Semana 11	Parcial 1° fecha
Semana 12	Parcial 2° fecha
Semana 13	Parcial 3° fecha
Semana 14	Parcial 4° fecha

## **EVALUACIÓN**

Para la regularización de la cursada de la asignatura se requiere:

- asistencia del 80 % a las clases del seminario.

- la participación del alumno en al menos un encuentro de la puesta en práctica de las habilidades de consejería.
- un puntaje igual o superior al 60% (equivalente a una nota de 4) en la evaluación parcial.

## **BIBLIOGRAFÍA**

- Ministerios de salud. República argentina. Consejería en hábitos alimentarios. Año 2012. Disponible en:  
<https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2018-10/0000000188cnt-a01.consejeria-en-habitos-alimentarios.pdf>
- Ministerio de salud. Perú. Consejería nutricional en el marco de la atención de salud materno infantil. Año 2010. Disponible en:  
<http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/2784.pdf>
- Célida Cristina Hernández Aceves, José Luis Canales Muñoz, Carlos Cabrera Pivaral, César Grey Santacruz. Efectos de la consejería nutricional en la reducción de obesidad en personal de salud. Rev Med IMSS 2003; 41 (5): 429-435. Disponible en:  
<https://www.medigraphic.com/pdfs/imss/im-2003/im035j.pdf>
- Martínez Rubio, B. Gil Barcenilla. Entrevista motivacional: una herramienta en el manejo de la obesidad infantil. Rev Pediatr Aten Primaria vol.15 supl.23 Madrid jun. 2013 Disponible en:  
[https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1139-76322013000300016](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1139-76322013000300016)
- Lizarraga S, Ayarra M. La entrevista motivacional. ANALES Sis San Navarra 2001; 24 Supl. 2: 43-53. Disponible en:  
<https://drive.google.com/drive/u/0/folders/1ARAWcuoJ1-SKkeH4nMsU6s5Y4tXc5zTs>
- Flórez-Alarcón L, Carranza W La entrevista motivacional como herramienta para el fomento de cambios en el estilo de vida de personas con enfermedades crónicas no transmisibles. Bogotá; Redalyc; 2007. Disponible en:  
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1794-47242007000200005](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-47242007000200005)
- Osorno J, Hernández A. Breastfeeding counselling: A training course Trainer's Guide. Organización Mundial de la Salud; 1993. Disponible en:  
[http://www.unicef.org/argentina/spanish/Consejeria\\_en\\_Lactancia\\_Materna.pdf](http://www.unicef.org/argentina/spanish/Consejeria_en_Lactancia_Materna.pdf)

- Capelletti A. Entrevista Motivacional. Grupo de trabajo de Obesidad. Buenos Aires: Sociedad Argentina de Nutrición; 2011. Disponible en: <http://www.sanutricion.org.ar/files/upload/files/ficha-entrevista-motivacional.pdf>