

INSTITUTO TECNOLÓGICO Y DE ESTUDIOS SUPERIORES DE OCCIDENTE

Centro Universidad Empresa

Sustentabilidad y tecnología

PROYECTO DE APLICACIÓN PROFESIONAL (PAP)

2G02 Calidad de vida y salud en el ámbito hospitalario



**ITESO, Universidad
Jesuita de Guadalajara**

Atención Nutricia Virtual

Departamento de psicología educación y salud

PRESENTAN

Programas educativos y Estudiantes

Lic. Annette María González Frias

Lic. Maria Jose Garcia Carillo

Profesor PAP: Dra. En Psic. Patricia E. Ornelas Tavares, Mtra. En N.H. Laura M. Cuellar
Ibañez

Tlaquepaque, Jalisco, noviembre de 2020

ÍNDICE

Contenido

REPORTE PAP

Presentación Institucional de los Proyectos de Aplicación Profesional

Resumen

1. Ciclo participativo del Proyecto de Aplicación Profesional

1.1 Entendimiento del ámbito y del contexto

1.2 Caracterización de la organización

1.3 Identificación de la(s) problemática(s)

1.4. Planeación de alternativa(s)

1.5. Desarrollo de la propuesta de mejora

1.6. Valoración de productos, resultados e impactos

1.7. Bibliografía y otros recursos

1.8. Anexos generales

2. Productos

3. Reflexión crítica y ética de la experiencia

3.1 Sensibilización ante las realidades

3.2 Aprendizajes logrados

REPORTE PAP

Presentación Institucional de los Proyectos de Aplicación Profesional

Los Proyectos de Aplicación Profesional (PAP) son experiencias socio-profesionales de los alumnos que desde el currículo de su formación universitaria- enfrentan retos, resuelven problemas o innovan una necesidad sociotécnica del entorno, en vinculación (colaboración) (co-participación) con grupos, instituciones, organizaciones o comunidades, en escenarios reales donde comparten saberes.

El PAP, como espacio curricular de formación vinculada, ha logrado integrar el Servicio Social (acorde con las Orientaciones Fundamentales del ITESO), los requisitos de dar cuenta de los saberes y del saber aplicar los mismos al culminar la formación profesional (Opción Terminal), mediante la realización de proyectos profesionales de cara a las necesidades y retos del entorno (Aplicación Profesional).

El PAP es un proceso acotado en el tiempo en que los estudiantes, los beneficiarios externos y los profesores se asocian colaborativamente y en red, en un proyecto, e incursionan en un mundo social, como actores que enfrentan verdaderos problemas y desafíos traducibles en demandas pertinentes y socialmente relevantes. Frente a éstas transfieren experiencia de sus saberes profesionales y demuestran que saben hacer, innovar, co-crear o transformar en distintos campos sociales.

El PAP trata de sembrar en los estudiantes una disposición permanente de encargarse de la realidad con una actitud comprometida y ética frente a las disimetrías sociales. En otras palabras, se trata del reto de “saber y aprender a transformar”.

El Reporte PAP consta de tres componentes:

El primer componente refiere al ciclo participativo del PAP, en donde se documentan las diferentes fases del proyecto y las actividades que tuvieron lugar durante el desarrollo de este y la valoración de las incidencias en el entorno.

El segundo componente presenta los productos elaborados de acuerdo con su tipología.

El tercer componente es la reflexión crítica y ética de la experiencia, el reconocimiento de las competencias y los aprendizajes profesionales que el estudiante desarrolló en el transcurso de su labor.

Resumen

El presente texto aborda el trabajo realizado durante el periodo de otoño 2020 en el PAP “Calidad de vida y salud en el ámbito hospitalario”, específicamente en el área de nutrición, el objetivo fue brindar atención a la población en general y personas con alguna enfermedad preexistente para asesoría especializada para plantear un plan en el cual mejore su estilo de vida, teniendo en cuenta su entorno y en qué factor se encuentre.

Durante este periodo, se trabajó desde el call center, para atender llamadas de pacientes o personal de salud para brindarles asesoría especializada ya sea nutrición psicológica o legal abordando la problemática en situaciones de duelo. Posteriormente, las propuestas y actividades, así como los talleres, exposiciones, investigaciones y redes sociales tienen una valoración de resultados en los proyectos con el cual nos guiamos para brindar información al público. Por último, se presentan las conclusiones sobre las experiencias y reflexiones sobre cada uno de los alumnos para finalizar este proyecto.

1. Ciclo participativo del Proyecto de Aplicación Profesional

El PAP es una experiencia de aprendizaje y de contribución social integrada por estudiantes, profesores, actores sociales y responsables de las organizaciones, que de manera colaborativa construyen sus conocimientos para dar respuestas a problemáticas de un contexto específico y en un tiempo delimitado. Por tanto, la experiencia PAP supone un proceso en lógica de proyecto, así como de un estilo de trabajo participativo y recíproco entre los involucrados.

Al comienzo del PAP planeamos las actividades que se realizamos en las semanas como por ejemplo en las primeras semanas se realizó un cuadro donde anotamos los objetivos que teníamos pensado alcanzar en cada una de nuestras áreas, después como recordatorio se anotaba en cada bitácora para que en el transcurso del PAP pudiéramos observar si estábamos cumpliendo los objetivos.

El proyecto tiene el objetivo de ayudar a la comunidad que fue afectada por el covid ya que esos momentos trae problemas desde el estrés, ansiedad, una mala alimentación que por ende afecta a su salud.

1.1 Entendimiento del ámbito y del contexto

Los cuidados paliativos son los cuidados que ayudan a las personas en una enfermedad grave como cáncer. Tiene el objetivo de mejorar la calidad de vida tanto de los pacientes como de los cuidadores. Los especialistas en el área forman parte de un equipo de cuidados paliativos que ayudan a detectar y tratar problemas mentales, físicos, sociales y nutricionales que pudieran surgir.

La nutrición tiene un punto importante en la alimentación ya que la dieta debe ser adaptada para conseguir un enriquecimiento nutricional que permita obtener los requerimientos de energía, proteínas entre otros nutrientes para que de esa forma las personas que no tienen apetito o con dificultades no presenten desnutrición.

Nutrición en cuidados paliativos

La gran mayoría de los pacientes demuestra que van a consultas para recomendaciones nutricionales o educación nutricional para aliviar la sintomatología secundaria a los tratamientos oncológicos.

Las vías de acceso, debemos de considerar la más apropiada para el paciente ya que el acceso puede ser intragástrico o transpilórico. Habitualmente se prefiere la vía intragástrica por su naturaleza más fisiológica. Una vez elegida tenemos que tomar la decisión que tipo de nutrición es la más apropiada para la persona ya sea, dietas elementales, dietas especiales, dietas hiperproteicas o dietas poliméricas. La administración puede ser intermitente que significa que se suministra en periodos diferentes y la continua que es la nutrición enteral se suministra sin interrupciones, durante 12-24 horas, es la forma de un paciente desnutrido.

La alimentación adaptada en los pacientes con problemas de disfagia para sólidos o con problemas para masticar. Se compone de alimentos triturados, que nos permita garantizar su una buena nutrición y su seguridad microbiológica. La nutrición permite enriquecer de forma fácil a los pacientes a través de dietas con nutrientes específicos y realizar un plan alimenticio a medida de cada necesidad nutricional.

Obesidad

La obesidad es tener exceso de grasa en el cuerpo. El peso puede ser resultado de la masa muscular, los huesos, la grasa y el agua en el cuerpo. El peso de una persona es mayor de lo que se considera saludable según su estatura.

La obesidad se puede presentar con el transcurso del tiempo, cuando se ingieren más calorías de lo que necesitan. Entre los factores que pueden afectar su peso se incluyen la constitución

genética, el exceso de comida, el consumo de alimentos ricos en grasas y la falta de actividad física.

Diabetes

La diabetes es una enfermedad en la que los niveles de glucosa en sangre están muy altos.

La glucosa proviene de los alimentos que consumimos día a día. La insulina es una hormona que ayuda a que la glucosa entre a las células para suministrarles energía. En la diabetes tipo 1, el cuerpo no produce insulina. En la diabetes tipo 2, la más común, el cuerpo no produce o no usa la insulina de manera adecuada. Sin suficiente insulina, la glucosa permanece en la sangre y puede causar hiperglucemia.

La alimentación también ha sido vista y utilizada como premio y esta relación premio-recompensa inicia desde pequeños, cuando por ejemplo nos dan una recompensa por sacar buenas calificaciones, ser obedientes, terminar la tarea y cuando vamos al doctor. Como nutriólogos tenemos la responsabilidad de no premiar o castigar a los niños con la comida porque pueden perjudicar a su salud en un futuro.

1.2 Caracterización de la organización

El PAP de Calidad de vida y salud en el ámbito hospitalario es una iniciativa que busca ayudar a la población más afectada por la contingencia por medio de consultas nutricionales, psicológicas y legales. Enfocada en mejorar la calidad de vida de los pacientes en situaciones vulnerables, al igual a su familia que puede ser afectada en cierta forma.

La calidad de vida y salud en el ámbito hospitalario es liderada por el ITESO en colaboración con las unidades de Cuidados Paliativos del Hospital Regional Dr. Valentín Gómez Farías del ISSSTE- HOSPITAL COVID, y la Unidad de Cuidados Paliativos Adultos y Niños del Hospital Civil Dr. Juan I. Menchaca. HOSPITAL COVID, son las instancias que nos proveen de usuarios potenciales para la atención del PAP, a través de la Lic. Rocío Guechi Morando el ISSSTE y la Lic. Ortencia González del Hospital Civil y Juntos contra el Dolor. Además, se espera seguir colaborando con el Instituto Oncológico Nacional, mediante las Psic. Mónica Ruiz y Abigail González.

En cuanto a sus fines, el PAP busca generar publicidad para dar a conocer nuestros servicios a toda la comunidad, para poder ayudarlos en este proceso de crisis que pudieran estar afectando a su salud por la cual nosotros como profesionales tenemos la responsabilidad de atenderlos y darles las mejores recomendaciones según sus necesidades, al igual que su información va ser totalmente confidencial.

El equipo estaba conformado por:

-4 nutriólogas: que se encargaban en todo el ámbito de alimentación en la cual nosotras les damos recomendaciones a base de lo que los pacientes necesitaban, al igual al final se realizó un taller de alimentación e investigación en la cual nosotras podíamos observar que obstáculos eran los que perjudicaban a las personas afectadas por el covid-19.

-2 de publicidad: Se encargaban de las redes sociales y publicidad del PAP en la cual la gente pudiera conocer nuestros servicios.

-1 de derecho: El alumno de derecho se encarga en todo el ámbito legal sobre los derechos de pacientes y familiares.

-5 de psicología: Los alumnos se encargaban en toda el área de psicología desde pacientes hasta talleres y exposiciones e investigaciones.

Como asesorías teníamos a Paty de psicología y Laura de nutrición, en la cual ellas nos guiaban en los proyectos y pacientes que teníamos para poder tener buenos proyectos y cumplir con todos los objetivos del PAP

1.3 Identificación de la(s) problemática(s)

La situación del país, se vio afectada por la pandemia por lo que muchas personas se vieron forzados a que ya no estuvieran en el hospital para tener precaución a que no se contagiaran debido a que son más propensas a que se contagien, es por eso que su estilo de vida tuvo un cambio mortal desde la parte del ambiente en el que se rodea ya sea por la atención y el servicio que se le brindaba en el hospital, al igual en la parte de alimentación, hasta el convivio con su familia, como resultado pudieron presentar ansiedad, depresión, estrés, desnutrición, falta de apetito, que conlleva a que empeore su salud.

El PAP tiene el propósito de brindar atención psicológica, nutricional y legal en la población en general debido a la problemática encontrado en los pacientes afectados o no por el covid-19, que por medio de esta atención virtual gratuita tengan un progreso a través de las asesorías con los especialistas, para que tengan una mejor calidad de vida.

Al comienzo del semestre no tuvimos buenos resultados en las llamadas porque no se obtenían pacientes que requerían asesoría, ya sea porque ellos no les interesara o porque no tenían el medio para realizarlo. El equipo de redes se encargó de darle publicidad para que la gente que estuviera interesada se comunicará, sin embargo con el tiempo nosotros tuvimos que conseguir un paciente para darle la consulta.

Además, el PAP tuvo que realizar ciertas modificaciones por la pandemia, por lo que se tuvo que realizar las consultas en línea a través de una computadora que nos otorgo el ITESO, para de esa forma seguir teniendo la atención a los pacientes que lo necesiten.

Ambiente obesogénicos

El escenario requiere tomar en cuenta que un factor de riesgo es la obesidad para el padecimiento de enfermedades crónicas, con la cual se ha observado que a través del tiempo ha incrementado el porcentaje de enfermedades crónicas por el ambiente en el que está la persona.

El ambiente obesogénico es el que favorece el desarrollo de obesidad o que estimula hábitos que conducen al sobrepeso. Es el conjunto de factores externos como por ejemplo el sedentarismo por estar en la tecnología, con la cual nos induce a comer más alimentos procesados y chatarra.

Un ambiente en el trabajo es un estímulo a que consuman alimentos de comida rápida, con la cual si tienes un trabajo de oficina no tienes tanto movimiento y provoca un efecto negativo a tu salud. Es por eso que es importante tener una buena organización en tu vida para tener un entorno que beneficie tu salud.

Los cambios en el ambiente alimentario en México está relacionado con el nivel socioeconómico y el exceso de peso debido a que los alimentos procesados no tienen un costo elevado con la cual se compare con los alimentos orgánicos, por lo que México con una población de nivel socioeconómico medio bajo no tiene la capacidad de comprar productos que le beneficien a su salud.

Alimentación emocional

La alimentación emocional es comer a causa de un evento o estado de ánimo, habitualmente suele ser negativo por emociones como estrés, tristeza, preocupaciones y ansiedad, en el cual comúnmente se pierde el control de lo que se come y esta sensación no está relacionada a la sensación de hambre fisiológica. Esta se relaciona con emociones positivas como la alegría, en las que usamos la comida para disfrutar, celebrar, compartir y festejar.

Objetivo No. 1 Promover y difundir los Cuidados Paliativos mediante el empleo de estrategias de comunicación efectivas y de impacto a través de medios audiovisuales (Diseño y Audiovisuales)					
ESTRATEGIA(S)	ACCIONES	RECURSOS	TIEMPO	INDICADORES DE CALIDAD	RESPONSABLES
Información específica de nutrición y cuidados paliativos para el público	Publicar información de interés para el público en general	Página web, facebook o instagram	1 vez por semana	Revisar estadísticas de alcance en redes sociales	Nutriólogos de dar información y el formato ayuda de el equipo de diseño.
Objetivo No. 2 Atender las necesidades Psicosociales, nutricias y jurídicas de los Pacientes con enfermedades crónico-degenerativas (Psicología, Nutrición y Derecho)					
2.1 Pacientes con Diabetes Mellitus					
ESTRATEGIA(S)	ACCIONES	RECURSOS	TIEMPO	INDICADORES DE CALIDAD	RESPONSABLES
Atender necesidades nutricias de las personas que perdieron sus citas de nutrición en hospitales por la contingencia.	Atender pacientes	Equipo para realizar llamadas	Se debe de adaptar a los tiempos nuestros con los de los pacientes.	Mantener niveles de glucosa adecuados.	Nutriólogos
2.2 Pacientes con Enfermedad Renal, hipertensión y cardiopatías					
ESTRATEGIA(S)	ACCIONES	RECURSOS	TIEMPO	INDICADORES DE CALIDAD	RESPONSABLES
Atender necesidades nutricias de las personas que perdieron sus citas de nutrición en hospitales por la contingencia	Atender pacientes nuevos y dar continuidad a los ya tienen tratamiento	Call center	Estar en acuerdo en los tiempos tanto el paciente como nosotras	Depende de los síntomas que presente y la enfermedad del paciente	Nutrición
2.3 Pacientes con Enfermedades Inmunes (Cáncer, VIH, Asma, etc.)					
ESTRATEGIA(S)	ACCIONES	RECURSOS	TIEMPO	INDICADORES DE CALIDAD	RESPONSABLES
Atender necesidades nutricias de las personas que perdieron sus citas de nutrición en hospitales por la contingencia.	Dar continuidad a los pacientes que ya tienen tratamiento y ayudar a nuevos pacientes	Equipo para realizar llamadas	20 minutos a 1 hora	Dependiendo de los síntomas y enfermedad de cada paciente.	Nutrición y psicología
2.4 Otro tipo de patologías					
Objetivo No. 3 Atender las necesidades psicosociales, nutricias y legales de los cuidadores (Psicología, Nutrición y Derecho)					
3.1 Cuidadores informales: familiares, amigos					
ESTRATEGIA(S)	ACCIONES	RECURSOS	TIEMPO	INDICADORES DE CALIDAD	RESPONSABLES
Fomentar que las familias tengan una buena alimentación	Un cambio en su alimentación adecuada	Atención por parte del nutriólogo en caso de que los familiares nos lo permita	Adaptarse a nuestros tiempos y el de los familiares	Que sigan las recomendaciones	Nutriólogos
3.2 Cuidadores formales: Personal de Salud (Incluyéndonos)					
ESTRATEGIA(S)	ACCIONES	RECURSOS	TIEMPO	INDICADORES DE CALIDAD	RESPONSABLES
Fomentar el autocuidado desde perspectiva	Modificación de la conducta alimentaria	Atención nutricia y psicológica en caso de ser	Adaptado a nuestros tiempos y el de los	Que se sigan recomendaciones	Nutriólogos y psicólogos

1.4. Planeación de alternativa(s)

En este apartado se expone el plan de trabajo en el periodo de otoño que se organizó con los profesores encargados del PAP para cuando se finalizara el proyecto pudiéramos cumplir con los objetivos.

Call Center :

Al inicio se organiza un horario con los alumnos para recibir llamadas del call center, de forma cada uno de nosotros tiene que tener un paciente o más en la cual se le esté dando continuidad durante el semestre para al final recopilar la información sobre los pacientes y entregarlos a nuestros profesores, por si el paciente quiere continuar con las consultas, los siguientes alumnos que estén en el PAP pueda darle continuación.

Bitácoras y presentaciones:

Cada semana se realiza una bitácora en donde escribes lo que se hizo durante las clases y los avances de los proyectos que se realizan durante el semestre por si surge alguna duda los maestros te pueden ayudar, al igual se tienen que poner fotos como evidencia de que estuviste en las sesiones.

Las presentaciones de cada semana se hacen sobre el tema del mes, ya sea de enfermedades cardiovasculares, diabetes, cáncer, obesidad o enfermedades inmunológicas, en cual tienes que explicar el tema dependiendo de la carrera que estés estudiando.

Taller por carrera:

Cada carrera realiza un taller para personas que estén interesadas en tomarlo, en el cual se les explica temas muy interesantes que les puede ayudar a tener mejores beneficios en su salud desde lo mental hasta lo nutricional, de igual se realizan actividades para que sea un taller interactivo entre todos los integrantes para de esa forma tener un ambiente agradable y de confianza.

Publicidad:

Los de la carrera de nutrición, psicología y derecho ayudan a nuestros compañeros de publicidad para tener información confiable e interesante y compartirla en las redes sociales del PAP para que la población esté informada.

Además cada semana el alumno tiene que publicar un artículo en facebook sobre el tema del mes en la plataforma del PAP, explicando en resumen de lo que se trata la investigación.

1.5. Desarrollo de la propuesta de mejora

Realizamos distintas actividades durante la realización de los proyectos del PAP, entre ellos la elaboración de talleres, presentaciones semanales para la capacitación del alumnado, la apertura del call center para interesados en las asesorías nutricionales, psicológicas y legales y la apertura y manejo de las redes sociales correspondientes al Proyecto de Calidad de Vida y Cuidados Paliativos.

Talleres a personal del Hospital: En estos talleres se dividieron en dos días distintos, entre ellos el taller de psicología y el de nutrición en los cuales se citaban por medio de zoom a los distintos interesados en tomar el taller y por medio del mismo, realizamos distintas actividades como cuestionarios, dinámicas y sesión de preguntas. Durante el taller se realizaron cuestionarios y

actividades para saber con qué información o inquietudes iniciaban el taller y se realizó alguna actividad como retroalimentación y evaluación de resultados para nosotros que impartimos el taller para saber qué tan efectivo y útil había sido cada uno de los talleres.

Realizamos un taller de nutrición el día 25 de noviembre a las 8:00 am para las personas del hospital, en la cual se explicó sobre identificación de grupo de alimentos, frecuencia de consumo y recomendaciones, como llevar una buena alimentación con poco tiempo para preparar comida y cómo elegir buenas opciones con el nuevo etiquetado.

En conclusión fue un PAP con obstáculos, sin embargo siempre encontrábamos una solución al problema como por ejemplo que todo fuera en línea, las consultas, si teníamos alguna duda, pero a pesar de eso siempre teníamos el apoyo de los maestros y mis compañeros para ayudarnos mutuamente.

1.6. Valoración de productos, resultados e impactos

Una buena alimentación es la base para tener una buena calidad de vida que además te evita a tener enfermedades crónicas en un futuro porque podemos observar que desde pequeños ya tenemos niños con sobrepeso, diabetes, problemas cardiovasculares, que por ende tienen a tenerlos en la adultez, es por eso que es importante tener una alimentación variada sin tantos productos procesados, que te ayude a tener todos los micronutrientes y macronutrientes que necesita tu cuerpo para mejorar tu sistema inmunológico. Como profesionales tenemos la responsabilidad de ayudar a las personas en entender que la nutrición es más allá de dar solo una dieta, sino que van dando a conocer que la alimentación es la base para tener una vida prevenida de enfermedades.

Desde el comienzo del PAP nos gusto que teníamos compañeros de distintas áreas en la cual nos llevaría a aprender un poco de todos ya que siempre tenemos distintos puntos de vista que nos pueda beneficiar en nuestro trabajo. En ciertas ocasiones la comunicación fallaba un poco sin embargo a través del tiempo pudimos organizarnos y tener excelentes resultados.

Debido a las problemáticas que se presentaron este semestre no pudimos asistir al hospital, para no tener contacto con personas, en la cual tuvimos que hacerlo en línea, por lo que no fue la misma interacción entre nuestros compañeros y pacientes.

En conclusión cada una de nosotras aprendió temas muy interesante de diferentes áreas que además nos va ayudar en la vida laboral y conocer personas muy agradables que en un futuro podamos ayudarnos en nuestro trabajo.

1.7. Bibliografía y otros recursos

Tracy Wyant. (2019). ¿Qué es el cuidado paliativo?. ND, de La Sociedad Americana Contra el Cáncer Sitio web: <https://www.cancer.org/es/tratamiento/tratamientos-y-efectos-secundarios/atencion-paliativa/que-es-el-cuidado-paliativo.html>

MedlinePlus.(2020).Obesidad.NIH: Instituto Nacional de la Diabetes y las Enfermedades Digestivas y Renales Sitio web.<https://medlineplus.gov/spanish/obesity.html>

MedlinePlus.(2020).Diabetes .NIH: Instituto Nacional de la Diabetes y las Enfermedades Digestivas y Renales Sitio web.<https://medlineplus.gov/spanish/diabetes.html>

Dra. Carmen Gómez Candela, Dr. Alberto Alonso Babarro. (2015). Guía clínica de soporte nutricional en cuidados paliativos. ND, de Sociedad Española de Cuidados Paliativos Sitio web:

http://afam.org.ar/textos/22_06_17/guia_practica_de_soporte_nutricional_en_cuidados_paliativos.pdf

Alejandro Martínez Espinosa. (2017). La consolidación del ambiente obesogénico en México. ND, de Scielos Sitio web:

http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-45572017000200006

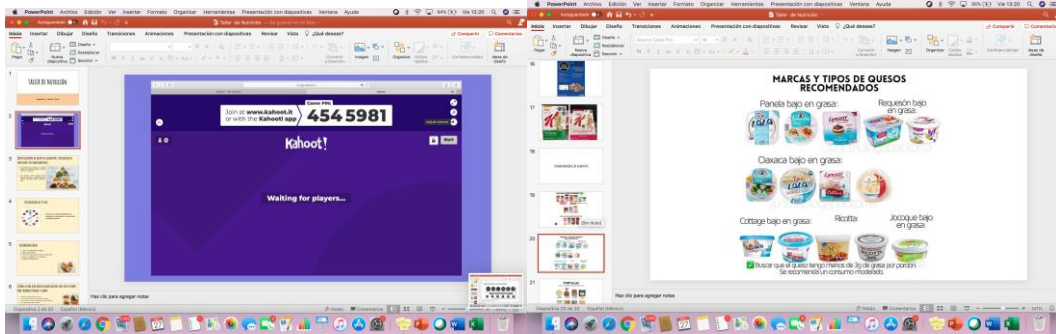
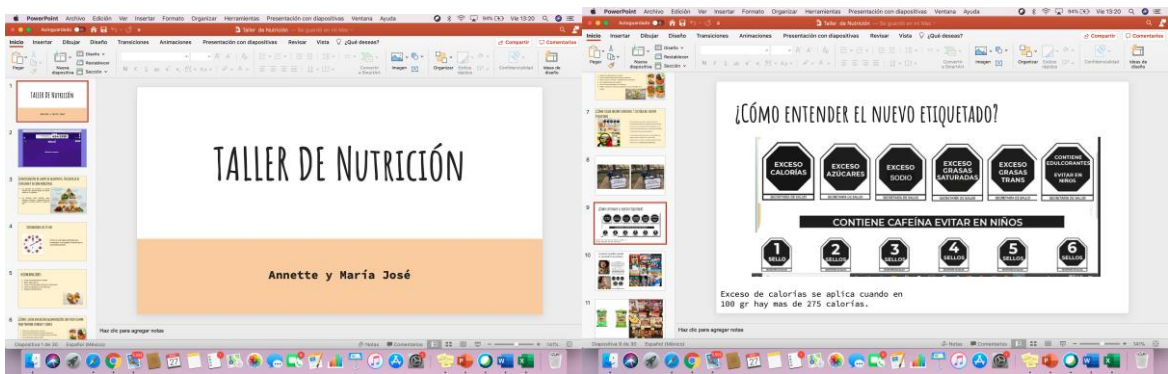
¿Qué tipo de comedor eres?". Centro de Nutrición Garaulet. [Blog en Internet].2016

[Consultado el 10 de marzo de 2018] Disponible en:

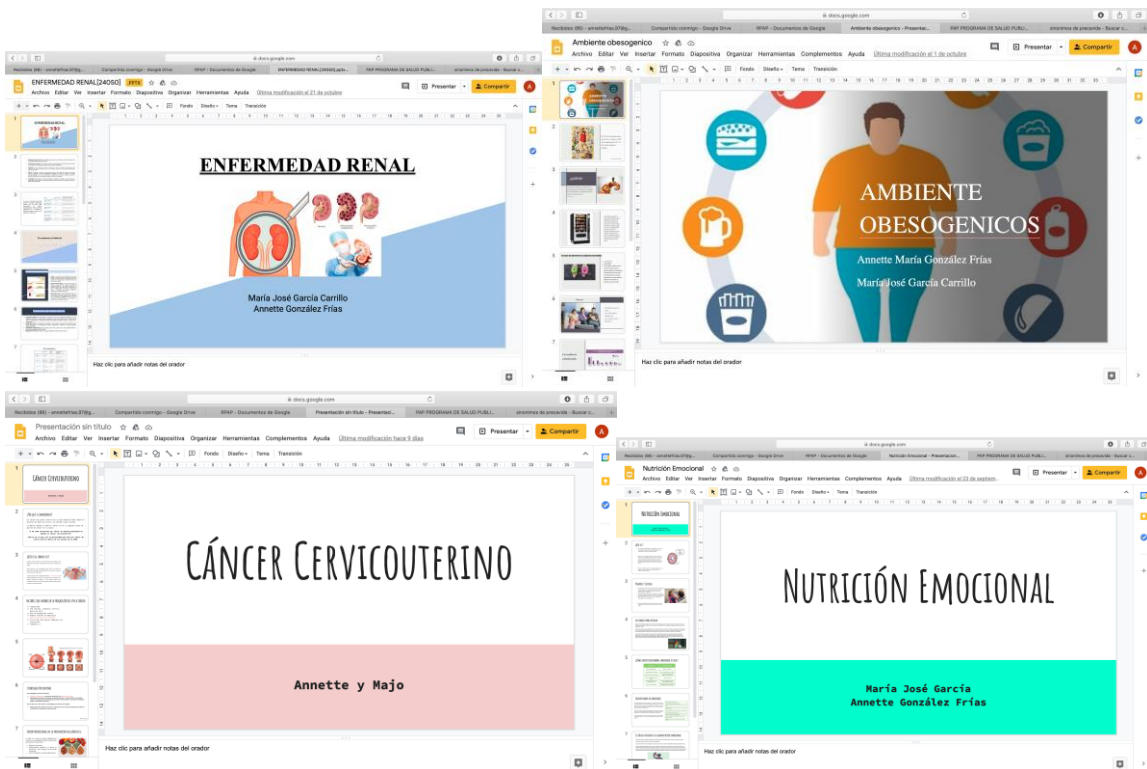
15/DiversasActividades/Desayunos/MaterialGaraulet/CuestionarioTipoComedor.pdf

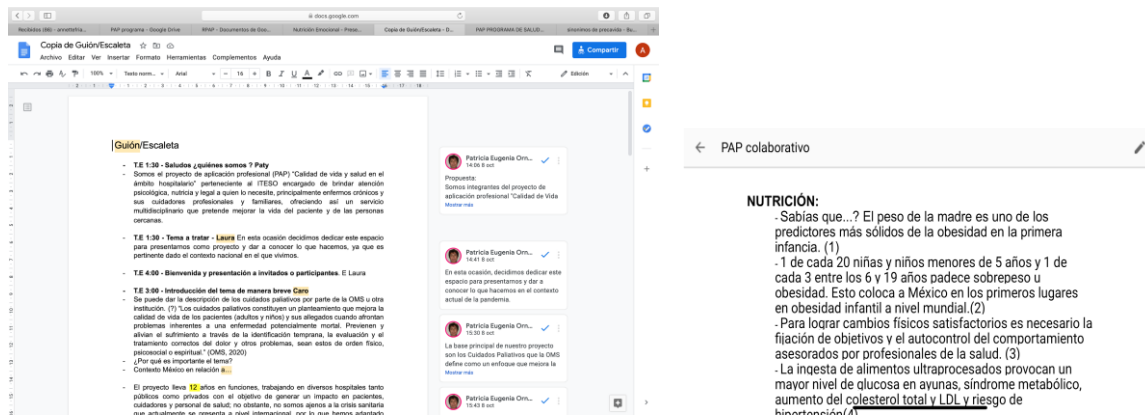
1.8. Anexos generales

Realizamos un taller de nutrición el día 25 de noviembre a las 8:00 am para las personas del hospital, en la cual se explicó sobre identificación de grupo de alimentos, frecuencia de consumo y recomendaciones, como llevar una buena alimentación con poco tiempo para preparar comida y cómo elegir buenas opciones con el nuevo etiquetado. Comenzamos con Kahoot para conocer a las personas cómo era su alimentación durante el trabajo para poder nosotras evaluarlos y darles alternativas en cómo pueden tener una buena alimentación a través de una organización en su semana.



2. Productos





3. Reflexión crítica y ética de la experiencia

El RPAP tiene también como propósito documentar la reflexión sobre los aprendizajes en sus múltiples dimensiones, las implicaciones éticas y los aportes sociales del proyecto para compartir una comprensión crítica y amplia de las problemáticas en las que se intervino.

3.1 Sensibilización ante las realidades

Annette Maria González Frias:

El objetivo del PAP es el área de cuidados paliativos en la cual nosotros como profesionales tenemos la responsabilidad de brindarles los mejores servicios para ellos al igual que sus cuidadores, para de esa forma ellos tengan una mejor calidad de vida.

El PAP me llamó la atención por las áreas que estaban integradas en el curso, ya que de esa forma podemos aprender diferentes puntos de vista en la cual podemos realizar un buen equipo de trabajo.

Al principio se me hizo difícil entender como el área de nutrición iba a dar consultas en línea ya que se lleva un procedimiento de mediciones, recordatorios de 24 horas y explicarles a los pacientes su plan alimenticio, a través de las semanas ya con la práctica fue más fácil de entender porque tenemos el apoyo de los profesores en la cual nos guiaban para darles los mejores servicios a los pacientes.

Una de las satisfacciones que me llevo es haber podido practicar y compartir mis aprendizajes con mis compañeros, al igual aprendimos nuevos temas muy interesantes en la cual pueden ayudarte en tu vida laboral y estás armando un equipo por si en algun futuro podamos trabajar juntos.

NUTRICIÓN:

- Sabías que...? El peso de la madre es uno de los predictores más sólidos de la obesidad en la primera infancia. (1)
- 1 de cada 20 niñas y niños menores de 5 años y 1 de cada 3 entre los 6 y 19 años padece sobrepeso u obesidad. Esto coloca a México en los primeros lugares en obesidad infantil a nivel mundial.(2)
- Para lograr cambios físicos satisfactorios es necesario la fijación de objetivos y el autocontrol del comportamiento asesorados por profesionales de la salud. (3)
- La ingesta de alimentos ultraprocesados provocan un mayor nivel de glucosa en ayunas, síndrome metabólico, aumento del colesterol total y LDL y riesgo de hipertensión.(4)

María José García Carrillo

Dentro de los objetivos de este proyecto teníamos la tarea de comprometernos con la investigación, capacitación y monitoreo de cuidadores y pacientes en situaciones vulnerables, de aprendizaje en las cuales junto al equipo multidisciplinario del que formamos parte en este PAP entre ellos psicología, derecho, diseño etc., En equipo formamos el modelo del proyecto, definimos las estrategias a utilizar así como también tuvimos la oportunidad de realizar talleres y material informativo y educativo para cuidadores y población en general para (en el caso de nutrición), facilitar el entendimiento de la información, informar sobre nuevas tendencias, métodos, y estudios científicos con información reciente sobre distintos temas relacionados enfermedades que están presentes a nuestro alrededor y como la nutrición formaba parte de su prevención o tratamiento de la enfermedad.

Así también nos esforzamos por crear cierta conciencia en nuestros oyentes de la importancia de la nutrición como factor determinante en el estado de salud de las personas, así como también invitarlos a invertir más cuidado y atención a la alimentación de cada uno de nosotros porque la salud muchas veces está en manos de nosotros mismos y es un mensaje que nuestro equipo en particular se esforzó por querer transmitir.

3.2 Aprendizajes logrados

Annette Maria González Frias:

La principal problemática que tuvimos fue la comunicación ya que no es lo mismo trabajar en el ITESO y dar nuestras opiniones en grupo, que trabajar en línea ya que puede ser más cansado o que ciertos miembros tengan fallas con el internet o algún otro problema, sin embargo, siento que tuvimos buenos resultados en el proyecto.

Durante el semestre aprendí nuevos temas y términos en el cual me pueden ayudar en mi vida laboral, además fue un gran grupo de trabajo en donde cada uno de nosotros pudimos compartir nuestros conocimientos e ideas para tener un buen proyecto y cierre de semestre. Con la ayuda de los profesores se pudieron realizar todas las actividades con buenos términos porque cualquier duda que nos surgía ellos siempre nos apoyaban con sus comentarios o nos otorgaban información con la cual podíamos continuar con nuestro proyecto.

Para concluir, me hubiera gustado tener actividades en el hospital, conocer gente nueva para que me cuenten sus experiencias ya que siento que eso es el mejor aprendizaje que nos llevamos

como profesionales, al igual tener la práctica de estar en un entorno diferente al que siempre estamos acostumbrados con nuestros pacientes.

María José García

Los aprendizajes más significativos que pudimos rescatar fueron la comunicación de información entre los distintos grupos multidisciplinarios, la comunicación de información de nutrición, sicología y derecho en las plataformas digitales del PAP, así como también la información y herramientas compartidas durante los talleres a los cuidadores en los distintos centros de salud.

Durante este proyecto pude aprender a trabajar con otras carreras, a compartir información , formar parte de un equipo con distintos puntos de vista , enfoques y alternativas a los problemas que muchas veces tenemos en nuestros alrededores cercanos, es por eso que este PAP fue tan rico en información , por la convivencia multidisciplinaria que se logró a lo largo del semestre.