


Aprendizaje activo para el automanejo y prevención de diabetes mellitus



Martin Carnap, Metaaccion, Costa Rica ● ● Los indicadores sanitarios de Sur y Central América se asemejan más a los de los países desarrollados. La prevalencia de obesidad y de diabetes mellitus tipo 2 (DM2) es similar a la indicada en Europa y Estados Unidos. El aumento en la prevalencia de los factores de riesgo incrementará en los próximos años el número de casos nuevos de DM2 (frecuente) y DM1 (mucho menos frecuente). El costo individual y en familia, para la economía y para el sistema de salud son enormes y crecientes.  *Cooperación: DíaVida Asociación Pro-Diabetes*

Existe en la región diversidad en educación sobre la diabetes desde organizaciones públicas y privadas. Los contenidos son elaborados y se presentan en versiones digitales e impresas para las personas profesionales de salud, personas con diabetes y sus familiares.

Con las personas con enfermedades crónicas el diagnóstico implica cierta frustración y el tratamiento descansa en gran medida en su destreza y motivación, y así una situación de aprendizaje. Se presentan nuevos desafíos en el cuidado y la prevención a los proveedores de salud y un “saber hacer” más allá de la actualización clínica para ser eficaces en la situación de aprendizaje.

Hacia capacitación y desarrollo de competencias necesarias, en el transcurso de las últimas décadas, el significado de enseñar ha cambiado fundamentalmente. El tradicional concepto de transmitir conocimiento se está reemplazando por procesos cognitivos basado en aprendizaje activo de las personas ([Huber 2016](#)),

que poseen un número de facultades mentales relativamente independiente o inteligencias múltiples ([Gardner 2018](#), [Christodoulou, Seider, Gardner 2011](#)). Se ha comprobado entre otro por ensayos científicamente controlados por [Wieman 2016](#), [Wieman y Gilbert 2018](#) de la Universidad Stanford que la apropiación interna en el individuo y la experimentación de solución de problemas, son los que generan cambios sostenibles en la eficacia personal, en la motivación hacia metas de vida y en la maduración de competencias de aprendizaje. Este cambio de paradigma en la formación profesional ha sido titulado por [Arnold 2016](#). El cambio de la orientación “input” hacia el “outcome”.

Como alternativa comprobada a la enseñanza e instrucción tradicional se implementan técnicas de facilitación basadas en el aprendizaje interactivo, de colaboración y visual para orientar, concluir y coordinar tareas de acción individual, colectiva y participativa. Estas permiten lograr que el diálogo entre personas y grupos sea eficiente, eficaz, integrador, productivo y significativo,



hacen emerger las competencias sociales, el desarrollo de la capacidad de actuar en equipo y entre equipos, de enfrentar conflictos, también de colaborar en soluciones y encontrar nuevos caminos de vida, además de las habilidades comunicativas como “escuchar”, “manifestar empatía” y “elogiar el esfuerzo”.

Los seminarios habilitan la aplicación de la metodología para reflexión e innovación, con un trasfondo de equidad y respeto, garantizando un alto nivel de efectividad de los conocimientos adquiridos y su posterior aplicación en nuevos ámbitos de eventos grupales y seminarios.

Personas que facilitan el aprendizaje precisan acertar competencias:

Competencia andragógica, pedagógica

- Tener un entendimiento actualizado y moderno de la teoría de aprendizaje y poderlo expresar en sus actividades de capacitación, docencia, asesoría y liderazgo.
- Estar claro en describir sus competencias para poder contribuir en el desarrollo de sus aprendices.
- Estar consciente de la poca vida útil de sus conocimientos técnicos y poder reforzar competencias extracurriculares de sus aprendices y su capacidad de auto aprendizaje.
- Saber que el aprendizaje requiere respuestas individuales de aprendices, que son más probables cuando existen

oportunidades de conectarse y de ser involucrado propiamente.

...y competencia emocional

- Conocer sobre la importancia de emociones en el proceso de aprendizaje y puede crear ambientes de aprendizaje apreciados y de confianza que al mismo tiempo presentan retos a aprendices.
- Poder desarrollar relaciones emocionalmente resonantes con aprendices y aparecer como guía en el proceso de aprendizaje.
- Saber técnicas para conocer sus propias necesidades y atenderlas.

En consecuencia, de lo anterior cambia el rol de especialista que entonces facilita aprendizaje y toma de decisiones (y no enseña ni dicta). Este rol es mas intenso y requiere de práctica deliberada.

nueva competencia de especialista

- Tiene conocimientos certificados y experiencia profesional al nivel de su especialización profesional.
- Puede didácticamente reducir su conocimiento complejo y elevado de su experticia, sus habilidades y competencias para aplicarlos a nivel de preguntas de aprendizaje.
- Puede dejar su experticia y experiencia profesional atrás para gestionar situaciones inciertas y con deficiencia de conocimientos.

La educación sobre la diabetes cuenta con la gran ventaja que el éxito de su labor es directamente relacionado con indicadores duros y fácilmente medibles antes, durante y en seguida de un programa de educación sobre la diabetes. Cuatro de ellos son comportamientos controlables: no fumar, mantener el peso saludable, comer sano y estar físicamente activo y tres son datos biométricos que deben mantenerse en niveles saludables: la presión arterial, el colesterol y azúcar en la sangre.

Referencias

Arnold, Rolf (2016). Didáctica de facilitación - El cambio de la orientación “input” hacia el “outcome” para el desarrollo de competencias. MetaaccionMagazine 7, pp 9—12

- <https://www.metaaccion.com/images/pdf/583481037d81b-practico-57-didactica-de-facilitacion.pdf>

Davis K., Christodoulou J.A., Seider S., Gardner H.(2011). The Theory of Multiple Intelligences. In: Sternberg RJ, Kaufman SB Cambridge Handbook of Intelligence. New York: Cambridge University Press; (2011). pp. 485-503.

- <https://howardgardner01.files.wordpress.com/2012/06/443-davis-christodoulou-seider-mi-article.pdf>

Gardner, H. (2018) “Inteligencias Múltiples” no son igual a “Estilos de Aprendizaje” MetaaccionMagazine 8, pp 3-6

- https://www.metaaccion.com/images/pdf/5b62281d412d3-practico_67_inteligencias%20multiples.pdf

Huber, Guenter L. (2016) El desarrollo de las competencias pedagógicas del profesorado universitario. MetaaccionMagazine 7, pp 3—4

- <https://www.metaaccion.com/images/pdf/583486b12d758-practico-60-Competencias-pedagogicas.pdf>

Wieman, Carl (2016) Nuevas formas de aprender ciencia. Secretaría de Educación Abierta y Continua Facultad de Ciencias. Publicado el 31 ago. 2016 YouTube

- <https://www.youtube.com/watch?v=5MPNk1zi7N.html>

Wieman, Carl, Sarah Gilbert (2018) Enseñando ciencias científicamente. MetaaccionMagazine 8, pp 6-9,19-22

- <https://www.metaaccion.com/articulos-practicos/183-ensenando-ciencias-cientificamente.html>



Aprendizaje Activo en Sistemas de Calidad

Técnicas de facilitación y desarrollo de competencias

La facilitación es competencia clave para líderes en desarrollo organizacional y de talento humano. Las capacitaciones deben fomentar las competencias actualmente necesarias y el aprendizaje durante toda la vida.

Se necesita motivación, valores, habilidades sociales y una capacidad de juicio práctico.

3 módulos en 3 días:

1. **Práctica:** Ciclo completo de apertura, interacción y cierre, con enfoque temático.
2. **Dinámica:** Abordaje de interferencias con grupos exigentes. Profundización de contenidos con nuevas dinámicas.
3. **Preparación:** Aplicación de técnicas aprendidas en temáticas propias en una guía de facilitación para su próximo evento grupal.



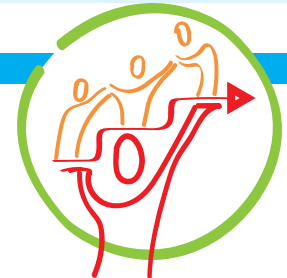
Facilitación Gráfica

Comunicación visual para aprendizaje e innovación

En este seminario el participante aprende el vocabulario básico para la comunicación visual; podrá aplicar la facilitación gráfica como un método eficaz en las interacciones de grupos, ayudando a reducir la complejidad de una discusión grupal. Por medio de la aplicación del lenguaje visual, ganará poder de convencimiento, expresión y claridad en su comunicación.

3 módulos en 3 días:

1. **Comunicación visual (elementos individuales y técnica):** ABC visual, representación de dinámica, caligrafía, personas.
2. **Facilitación gráfica (composición):** uso del color, perspectiva, representación de conceptos abstractos, Rotafolios, desarrollar un tema y proceso de diseño de plantillas.
3. **Preparación:** La impresión de dibujos y mensajes, crear perspectiva de estructuras, opciones y desarrollo. Galería de visualización.



Articulación de Redes

Competencias de Cooperación

La efectividad en proyectos y procesos de articulación es todo un reto para las organizaciones y sectores con importancia en la economía nacional. Implica el involucramiento de múltiples actores y niveles, lo cual requiere de una buena interacción, comunicación y compromiso para alcanzar las metas.

3 módulos en 3 días:

1. **Innovación con enfoque temático:** Apertura dinámica, gestión de procesos de innovación y desarrollo en enfoque temático, facilitación tareas de interacción.
2. **Competencias de cooperación:** Impulso a pensamiento individual, cooperación y diálogo, elaboración de hojas de ruta en áreas de innovación y próximos pasos.
3. **Preparación para la articulación de redes.**

más información

más información

más información