



Proyectos de salud
y alimentación

Guía para el profesor
LSNU2212

Contenido

1. Metodología del curso.....	3
2. Temario.....	4
3. Bibliografía.....	5
4. Evaluación.....	5
5. Notas de enseñanza por tema.....	6
6. Notas de enseñanza por evidencia.....	12

Ruta del curso

Proyectos de salud y alimentación



Metodología del curso

Este curso ha sido diseñado con la finalidad de ser impartido por un **docente líder con experiencia en el ámbito laboral**, quien compartirá contigo su conocimiento, experiencia y las mejores prácticas que realiza en su labor profesional.

La experiencia de curso promueve la interacción entre aprendedores de la Universidad Tecmilenio como una forma de enriquecer tu formación contrastando la realidad con la de otros compañeros.

Durante cada sesión, el docente transmite su experiencia y actúa como guía en el proceso de aprendizaje durante la realización de las actividades.

El curso es **semestral** y tiene una distribución **semanal**; en cada semana se lleva a cabo una **sesión**. La asistencia a estas sesiones es muy importante para aprendizaje.

Este curso se conforma por 15 temas, y su estructura es la siguiente:

Semana	Módulo	Tema	Actividad	Horas
Semana 1	Módulo 1	Tema 1	Actividad 1	5
Semana 2		Tema 2	Actividad 2	5
Semana 3		Tema 3	Actividad 3	5
Semana 4		Tema 4	Examen rápido 1	7
Semana 5		Tema 5	Evidencia 1	10
Semana 6	Módulo 2	Tema 6	Actividad 4	5
Semana 7		Tema 7	Actividad 5	5
Semana 8		Tema 8	Actividad 6	5
Semana 9		Tema 9	Examen rápido 2	7
Semana 10		Tema 10	Evidencia 2	10
Semana 11	Módulo 3	Tema 11	Actividad 7	5
Semana 12		Tema 12	Actividad 8	5

Semana 13		Tema 13	Actividad 9	5
Semana 14		Tema 14	Examen rápido 3	7
Semana 15		Tema 15	Proyecto final	14
Total				100

Temario

Tema 1.	Introducción al marco lógico
1.1	Enfoque y alcances
1.2	Identificación y priorización del problema
Tema 2.	Análisis situacional
2.1	Análisis de actores involucrados
2.2	Análisis del problema y objetivos
Tema 3.	Planificación con marco lógico
3.1	Matriz de planificación
3.2	Jerarquía de objetivos
Tema 4.	Programas de nutrición globales
4.1	Organizaciones internacionales (FAO, OMS, UNICEF)
4.2	Determinantes de la salud y ODS
Tema 5.	Contexto nacional mexicano
5.1	Programas de ayuda alimentaria en México
5.2	Programas gubernamentales y no gubernamentales
Tema 6.	Desarrollo de estrategias de intervención en educación nutricia
6.1	Selección de alternativas de solución
6.2	Resumen de objetivos y actividades
Tema 7.	Definición de indicadores y metas
7.1	Tipos de indicadores
7.2	Establecimiento de metas medibles
Tema 8.	Elaboración de materiales educativos
8.1	Adaptación cultural y lingüística
8.2	Uso de diversos formatos (folletos, videos)
Tema 9.	Plan de ejecución detallado
9.1	Cronograma y presupuesto
9.2	Roles y responsabilidades
Tema 10.	Implementación del programa

10.1	Capacitación del personal
10.2	Ejecución de actividades
Tema 11.	Monitoreo continuo
11.1	Conceptos generales de monitoreo
11.2	Recopilación de información
Tema 12.	Evaluación de impacto
12.1	Tipos de evaluación
12.2	Técnicas para medir resultados
Tema 13.	Análisis de resultados y mejora continua
13.1	Análisis de datos recopilados
13.2	Ajustes y adaptaciones del programa
Tema 14.	Estrategias de sostenibilidad
14.1	Participación comunitaria
14.2	Colaboración intersectorial
Tema 15.	Limitaciones y desafíos
15.1	Limitaciones en el monitoreo y evaluación
15.2	Superación de obstáculos

Bibliografía

Libros de apoyo

- Aranceta, J. (2023). *Nutrición comunitaria* (4ª ed.). España: Elsevier.
- Castillo, J. (2023). *Nutrición comunitaria. Métodos y estrategias* (2ª ed.). México: Elsevier.

Evaluación

Semestral

Unidades	Instrumento evaluador	Puntos
9	Actividades	45
3	Evidencias	34
3	Exámenes rápidos	21
Total:		100

Actividades	Temas	Ponderación
Actividad 1	Tema 1	5
Actividad 2	Tema 2	5

Actividad 3	Tema 3	5
Examen rápido 1	Temas 1 al 4	7
Evidencia 1	Temas 1 al 5	10
Actividad 4	Tema 6	5
Actividad 5	Tema 7	5
Actividad 6	Tema 8	5
Examen rápido 2	Temas 5 al 9	7
Evidencia 2	Temas 1 al 10	10
Actividad 7	Tema 11	5
Actividad 8	Tema 12	5
Actividad 9	Tema 13	5
Examen rápido 3	Temas 10 al 14	7
Evidencia final		14
Total		100

Notas de enseñanza por tema

Tema 1. Introducción al marco lógico

Este primer tema es fundamental para despertar el interés del aprendiz y sentar las bases teóricas del curso. Se busca que el docente introduzca el Enfoque del Marco Lógico como una herramienta estructurada y estratégica para el diseño, implementación y evaluación de intervenciones nutricionales. Es importante que el grupo comprenda su utilidad práctica en el abordaje de problemas complejos de salud y alimentación en contextos comunitarios.

Se recomienda que el profesor inicie la sesión con una breve experiencia profesional o institucional en la que haya participado o conocido un programa que fracasó o tuvo éxito según su capacidad de identificar correctamente un problema. Esto permitirá ilustrar cómo una mala delimitación del problema o la falta de planificación pueden impactar negativamente los resultados de una intervención.

Para facilitar la apropiación de los conceptos clave, se sugiere al docente trabajar con un caso hipotético de una comunidad que presenta múltiples problemas alimentarios (por ejemplo, baja cobertura de lactancia materna exclusiva, consumo elevado de bebidas azucaradas o inseguridad alimentaria). A partir de este caso, los aprendedores podrán construir un árbol de problemas y un árbol de objetivos, lo cual les permitirá reflexionar sobre causas, consecuencias y posibles soluciones. El docente debe fomentar el análisis crítico y la participación activa, guiando al grupo en la identificación de los elementos clave del marco lógico.

Tema 2. Análisis situacional

Este tema es clave para desarrollar una mirada integral del entorno en el que se implementará un programa de nutrición. Permite al aprendedor comprender que una intervención efectiva no solo depende de identificar correctamente el problema, sino también de reconocer los intereses, recursos y roles de los diferentes actores sociales, institucionales y comunitarios que forman parte del contexto.

Se sugiere que el docente inicie la sesión con una dinámica participativa en la que el grupo identifique a los actores que podrían estar implicados en una intervención en una comunidad hipotética. Esta actividad puede realizarse mediante una lluvia de ideas, seguida de la elaboración colectiva de un mapa de actores en el pizarrón.

Para profundizar en el análisis del problema, el docente puede presentar una noticia o un estudio breve sobre una problemática nutricional actual (por ejemplo, el aumento del sobrepeso infantil en zonas urbanas). A partir de este material, se puede trabajar en equipos la elaboración del árbol de problemas y su correspondiente árbol de objetivos, promoviendo el razonamiento lógico y la identificación de relaciones causa–efecto.

El docente debe motivar al grupo a debatir sobre las posibles tensiones o alianzas entre actores, así como a reflexionar sobre los factores estructurales y culturales que influyen en la problemática.

Tema 3. Planificación con marco lógico

Para introducir el tema, se sugiere que el docente retome brevemente el árbol de problemas y objetivos trabajado en el tema anterior, con el fin de demostrar cómo esa información sirve como base para construir la matriz de planificación. Esto permitirá visualizar la continuidad lógica entre el diagnóstico y la planeación.

Se recomienda que el docente exponga un ejemplo aplicado de Matriz de Marco Lógico (puede ser una intervención real o una adaptada), analizando con el grupo cada uno de sus componentes. A continuación, se puede proponer una actividad práctica en equipos donde los aprendedores, guiados por un formato, construyan su propia matriz de planificación a partir de un caso hipotético de una comunidad con una problemática nutricional identificada.

Es fundamental que el docente acompañe el proceso con preguntas orientadoras: “¿Qué buscamos lograr con esta intervención?” “¿Cómo sabremos que lo estamos logrando?” “¿Qué factores externos podrían afectar el éxito del programa?” Este tipo de reflexión favorecerá la comprensión profunda de la jerarquía de objetivos y la utilidad de los indicadores en la evaluación posterior.

Tema 4. Programas de nutrición globales

Este tema es crucial para que los aprendedores comprendan el contexto global de las intervenciones en nutrición y reconozcan la importancia de alinear las acciones locales con las agendas internacionales. Se busca que identifiquen el papel que juegan organismos como la FAO, la OMS y UNICEF, y cómo sus lineamientos, estrategias y programas orientan los esfuerzos nacionales y comunitarios.

El docente puede iniciar la sesión relatando un caso documentado de cooperación internacional en nutrición, como, por ejemplo, una campaña de prevención de la desnutrición aguda liderada por UNICEF o un proyecto de agricultura sostenible promovido por la FAO. Esto servirá para conectar lo teórico con la realidad del ejercicio profesional.

Es recomendable utilizar recursos visuales, como mapas conceptuales, infografías o videos breves, que expliquen los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) vinculados a la salud y la alimentación. A través de estos recursos, se puede abrir un espacio de análisis sobre la interconexión entre pobreza, alimentación, equidad de género, educación y salud ambiental.

Tema 5. Contexto nacional mexicano

Este tema permite aterrizar el análisis del curso al entorno nacional, facilitando que los aprendedores comprendan la estructura y evolución de los programas de nutrición en México. A partir del conocimiento de las estrategias gubernamentales y las acciones de organizaciones de la sociedad civil, se pretende que los participantes reconozcan fortalezas, limitaciones y oportunidades de mejora en la política alimentaria del país.

El docente puede iniciar compartiendo una experiencia directa con alguno de estos programas (como Liconsa o Desayunos Escolares), o bien presentando una noticia o reportaje que aborde su implementación en una región específica. Esto servirá para generar interés e invitar a reflexionar sobre su impacto en las poblaciones vulnerables.

Para fomentar la participación activa, se sugiere realizar una línea del tiempo colaborativa en la que los equipos identifiquen los principales programas alimentarios implementados en las últimas décadas, sus objetivos, cobertura, grupos prioritarios y resultados esperados. Esta actividad puede complementarse con un debate guiado sobre el rol del Estado frente a la sociedad civil en la garantía del derecho a la alimentación.

Tema 6. Desarrollo de estrategias de intervención en educación nutricia

Este tema es crucial para que los aprendedores comprendan cómo diseñar intervenciones educativas en nutrición que sean pertinentes, realistas y sostenibles. La meta es que el docente guíe el proceso de selección de soluciones fundamentadas en evidencia y adaptadas a las características de cada comunidad, así como el desarrollo de objetivos claros y actividades coherentes.

Se recomienda que el docente inicie con un ejercicio de análisis de una situación comunitaria previamente trabajada en clase o retomando el caso de un problema identificado por los propios aprendedores. A partir de ese caso, se pueden discutir diferentes alternativas de solución y su viabilidad, considerando factores como los recursos disponibles, el tiempo, los actores clave y las posibles barreras culturales o sociales.

Una estrategia didáctica útil para este tema es el trabajo por equipos, donde cada grupo proponga una intervención educativa breve (por ejemplo, un taller, una campaña, o una sesión de consejería) que incluya: título, objetivo general, público meta, metodología, recursos requeridos y mecanismos de evaluación. Esto les permitirá vincular teoría y práctica de forma creativa.

Finalmente, se puede cerrar la clase con una lluvia de ideas sobre cómo adaptar las estrategias educativas en contextos rurales vs. urbanos, o en poblaciones con diferentes niveles educativos, reforzando la necesidad de flexibilidad e innovación en la nutrición comunitaria.

Tema 7. Definición de indicadores y metas

Este tema representa un punto clave en la planificación de proyectos, ya que permite a los aprendedores traducir los objetivos generales en indicadores concretos y metas alcanzables. Es fundamental que comprendan cómo medir los avances y logros de sus intervenciones para garantizar su efectividad y justificación.

Para abordar este tema, se sugiere que el docente inicie con un ejemplo práctico de intervención nutricional (real o simulada) y pregunte: “¿Cómo sabríamos si este proyecto está funcionando?” A partir de esta pregunta, se puede introducir el concepto de indicadores, clasificándolos según su tipo (insumo, proceso, resultado e impacto) y analizando su utilidad.

Durante la explicación del tema, el docente puede mostrar ejemplos mal formulados de indicadores y metas para que el grupo los critique y proponga mejoras. Esta estrategia fortalece el pensamiento analítico y el criterio técnico.

Es importante que el profesor destaque que una buena definición de indicadores no solo facilita la evaluación del proyecto, sino que también mejora la rendición de cuentas, la toma de decisiones y la transparencia en los procesos.

Tema 8. Elaboración de materiales educativos

Este tema es esencial para que los aprendedores comprendan el valor de la comunicación efectiva en intervenciones nutricionales, a través del diseño de materiales que sean comprensibles,

culturalmente apropiados y visualmente atractivos. El docente debe enfatizar que la forma en la que se transmite un mensaje puede ser tan determinante como el contenido mismo.

Se sugiere iniciar la sesión mostrando ejemplos variados de materiales educativos reales (folletos, infografías, videos breves, carteles) que aborden temas de salud o nutrición. El grupo puede analizarlos para identificar qué elementos resultan eficaces (lenguaje claro, imágenes, inclusión cultural) y cuáles podrían mejorarse.

Asimismo, es importante que el docente fomente la creatividad y el uso responsable de herramientas digitales, destacando que la elaboración de materiales no debe ser solo informativa, sino también motivacional y participativa. Se pueden incorporar actividades como la creación de guiones breves para videos o cápsulas radiales comunitarias.

Tema 9. Plan de ejecución detallado

Este tema permite a los aprendedores traducir la planeación teórica en un plan operativo concreto, abordando aspectos fundamentales como la temporalidad, los recursos necesarios y la claridad de las funciones dentro del equipo. El docente debe destacar que una ejecución efectiva requiere no solo de buenas ideas, sino de organización estratégica y realista.

Para iniciar, se recomienda que el profesor comparta un ejemplo real o adaptado de un cronograma de actividades y un desglose presupuestal de una intervención nutricional. A través de este caso, los aprendedores podrán identificar elementos clave como la secuencia lógica de tareas, tiempos estimados, responsables, recursos materiales y fuentes de financiamiento.

En cuanto a la definición de roles y responsabilidades, se sugiere fomentar la reflexión sobre la importancia del liderazgo, la delegación adecuada y la colaboración entre miembros del equipo. El docente puede proponer el análisis de casos en los que la falta de coordinación o sobrecarga de funciones ha generado problemas durante la implementación de un programa.

Tema 10. Implementación del programa

El docente debe ayudar a los aprendedores a comprender que una buena implementación no solo depende del diseño del programa, sino de la capacidad operativa del equipo y de una ejecución flexible, ordenada y pertinente al contexto.

Para iniciar, se sugiere que el profesor comparta una anécdota profesional que ilustre los desafíos más comunes durante la implementación de una intervención nutricional, tales como la falta de coordinación, la resistencia de la comunidad o la necesidad de adaptar sobre la marcha ciertas actividades.

A través del análisis de un caso práctico, el docente puede guiar al grupo en la identificación de buenas prácticas de implementación: cómo capacitar efectivamente al personal, cómo organizar las actividades en campo, cómo asegurar la participación activa de la comunidad y cómo documentar adecuadamente los avances.

Como actividad didáctica, se recomienda pedir a los aprendedores que diseñen un plan de capacitación breve para promotores comunitarios o brigadistas. Esto les permitirá identificar contenidos clave, técnicas de enseñanza, materiales y tiempos. También pueden redactar una bitácora simulada de implementación, registrando actividades diarias, ajustes realizados y resultados preliminares.

Es esencial que el profesor enfatice la importancia del trabajo en equipo, la toma de decisiones rápidas basadas en evidencia y el respeto por las dinámicas socioculturales del territorio intervenido.

Tema 11. Monitoreo continuo

Este tema es esencial para que los aprendedores comprendan que un programa nutricional no solo se implementa, sino que debe ser acompañado de una observación sistemática y crítica que permita verificar su progreso y realizar los ajustes necesarios. El monitoreo continuo es la herramienta que garantiza la calidad y la coherencia del programa durante su ejecución.

Para captar el interés del grupo, el docente puede iniciar la sesión narrando un ejemplo real donde el monitoreo oportuno permitió evitar una falla mayor en una intervención comunitaria. Esto servirá para destacar la importancia de los datos en tiempo real y de la toma de decisiones basada en evidencia.

Se sugiere utilizar un caso hipotético en el que una intervención de alimentación escolar comience a mostrar una baja adherencia por parte de las familias. A partir de ese escenario, el grupo puede discutir qué indicadores podrían monitorearse, cómo recopilar la información (fuentes primarias y secundarias), y qué ajustes sería necesario considerar.

El docente debe reforzar la diferencia entre fuentes primarias y secundarias, así como entre técnicas cuantitativas y cualitativas de recopilación de datos. Es clave también fomentar la reflexión sobre la ética en la recopilación de información y el respeto a las comunidades participantes.

Tema 12. Evaluación de impacto

Este tema es clave para que los aprendedores comprendan la importancia de valorar el efecto real de una intervención nutricional, tanto a corto como a largo plazo. Evaluar el impacto va más allá de

medir actividades realizadas: implica analizar si los objetivos del programa se cumplieron y qué transformaciones ocurrieron en la comunidad.

Se recomienda que el docente comience la clase presentando un ejemplo concreto de una intervención en salud o nutrición comunitaria, donde se hayan evaluado resultados relevantes como la disminución de casos de desnutrición, cambios en hábitos alimentarios o mejora en los conocimientos de la población. Esto permitirá contextualizar los conceptos y mostrar cómo la evaluación puede informar futuras decisiones.

Se recomienda fomentar una actitud crítica hacia las fuentes de datos, discutiendo la validez, confiabilidad y pertinencia de las herramientas utilizadas, así como la importancia del análisis ético de los resultados.

Tema 13. Análisis de resultados y mejora continua

Este tema fortalece las competencias analíticas del aprendedor, llevándolo más allá de la recolección de datos hacia su interpretación crítica y el uso práctico de la información para mejorar una intervención nutricional. Analizar los resultados y aplicar mejoras forma parte de un ciclo reflexivo indispensable para la sostenibilidad y efectividad de los programas.

El docente puede iniciar la clase retomando los productos de evidencias anteriores (por ejemplo, algún sistema de monitoreo o indicadores definidos) y pedir a los aprendedores que imaginen que ya tienen resultados disponibles. A partir de esta simulación, se puede trabajar en cómo organizar, analizar e interpretar esos datos con una finalidad clara: mejorar lo que se ha implementado.

Se sugiere cerrar con una reflexión colectiva sobre la importancia de la flexibilidad en los proyectos comunitarios y cómo una lectura crítica de los datos puede evitar la repetición de errores o la implementación de acciones poco efectivas.

Tema 14. Estrategias de sostenibilidad

Este tema es clave para consolidar una visión a largo plazo en los proyectos de intervención en nutrición. Se busca que el aprendedor comprenda que un proyecto no termina con su implementación, sino que requiere estrategias sostenibles que aseguren su continuidad, apropiación comunitaria y fortalecimiento institucional.

El docente puede iniciar la sesión con preguntas detonadoras como: "¿Qué pasa cuando termina el financiamiento de un proyecto?" y "¿Cómo garantizamos que los cambios persistan?" Esto permitirá introducir el concepto de sostenibilidad y su importancia práctica. Puede complementarse con un breve relato de una intervención real que logró mantenerse gracias a la participación activa de la comunidad y a la colaboración entre distintos sectores.

Se sugiere concluir el tema con un ejercicio reflexivo sobre qué pasaría si su proyecto desaparece al término del semestre y qué mecanismos podrían proponer para que sus acciones sigan teniendo impacto en la comunidad.

Tema 15. Limitaciones y desafíos

Este tema permite al aprendedor desarrollar una visión realista y crítica sobre la implementación de programas en nutrición poblacional. Es esencial que comprendan que todo proyecto enfrenta limitaciones, y que la clave no es evitarlas, sino anticiparlas, reconocerlas y abordarlas de forma estratégica y ética.

El docente puede comenzar compartiendo un caso real o una anécdota profesional donde un proyecto se haya visto afectado por barreras como la falta de recursos, la baja participación comunitaria o los problemas logísticos. A partir de ese relato, invitar al grupo a reflexionar preguntando: "¿Qué harías tú en esa situación?" y "¿Cómo transformar una barrera en una oportunidad?"

El objetivo didáctico es que los aprendedores desarrollen resiliencia profesional, pensamiento estratégico y capacidades de análisis crítico para enfrentar los desafíos reales que surgen en los programas de nutrición poblacional, con ética, creatividad y enfoque colaborativo.

Notas de enseñanza por evidencias

Evidencia 1. Fase 1: Diagnóstico y planificación

Esta primera evidencia representa el punto de partida del curso, en la que los aprendedores se enfrentan a la realidad concreta de una comunidad. El propósito es que logren analizar un problema nutricional desde un enfoque integrador, identificando actores, causas, consecuencias y alternativas de solución.

Se recomienda que el docente proponga una comunidad real o ficticia con un problema alimentario común (por ejemplo, alta prevalencia de sobrepeso infantil o inseguridad alimentaria). A partir de este caso, los equipos deberán construir un árbol de problemas, identificar actores clave, y justificar la relevancia del problema.

Para fomentar la participación activa y el aprendizaje situado, se sugiere realizar simulaciones, lluvias de ideas guiadas, análisis de noticias o casos reales. También puede apoyarse en material visual como mapas de actores, infografías o esquemas de planificación.

El docente debe enfatizar la importancia del diagnóstico como base sólida para cualquier intervención y promover la empatía, el análisis crítico y el trabajo colaborativo.

Evidencia 2. Fase 2: Diseño de materiales educativos e implementación

Esta evidencia representa una transición del análisis a la acción. Aquí, los aprendedores deben demostrar su capacidad para diseñar estrategias educativas efectivas y culturalmente pertinentes que respondan a las necesidades detectadas.

El docente puede iniciar esta etapa compartiendo ejemplos de materiales educativos de calidad (folletos, carteles, cápsulas de video, guías para promotores, etc.) y fomentando el análisis de sus elementos clave: claridad, pertinencia, diseño inclusivo y enfoque nutricional. También es útil organizar una galería de materiales evaluados por los propios equipos.

Para reforzar la competencia práctica, se sugiere la simulación de talleres, presentaciones de materiales en clase, revisión entre pares, y ejercicios de retroalimentación con base en rúbricas. Asimismo, el docente puede invitar a un experto o promotor comunitario a compartir su experiencia.

Este momento es ideal para que los aprendedores desarrollen habilidades comunicativas, de planeación y adaptación al contexto. El docente debe motivarlos a experimentar formatos diversos y a pensar en la viabilidad real de sus propuestas.

Evidencia final. Fase 3: Evaluación y sostenibilidad

Esta última evidencia permite integrar los aprendizajes del curso y aplicar herramientas de monitoreo, evaluación y mejora continua. A su vez, fomenta una visión a largo plazo mediante estrategias de sostenibilidad, participación comunitaria y colaboración intersectorial.

El docente debe comenzar planteando preguntas guía como: "¿Cómo sabremos si el programa tuvo éxito?" "¿Qué indicadores usaríamos?" "¿Cómo asegurar que el impacto sea duradero?" A partir de estas preguntas, los equipos diseñarán un sistema de monitoreo, analizarán resultados hipotéticos o reales, y propondrán ajustes y mecanismos para sostener la intervención en el tiempo.

Se sugiere trabajar con formatos de informes, presentaciones en equipo, *role-play* de reuniones intersectoriales, y análisis de casos documentados. El uso de rúbricas y la retroalimentación constructiva serán esenciales en esta fase.

El rol del docente es acompañar la integración de conocimientos, promover una actitud reflexiva, y fortalecer el compromiso ético con la mejora de las condiciones alimentarias y de salud en la comunidad.