



“Mindful Eating and Role-Playing” en la docencia de nutrición clínica

“Mindful Eating and Role-Playing” in Clinical Nutrition Teaching

Cristina Juan García^a, Paula Llorens Castelló^b, Noelia Pallarés Barrachina^c, Leyre Martínez Sandez^d, Ana Juan-García^e, Manuel García Monreal^f, Francisco José Barba Orellana^g, Juan Carlos Moltó Cortés^h.

^aLaboratory of Food Chemistry and Toxicology, Faculty of Pharmacy, University of Valencia, Cristina Juan García <https://orcid.org/0000-0002-8923-3219> Cristina.juan@uv.es, ^bPaula Llorens Castelló paullo3@uv.es, ^cUniversity of Valencia, Noelia Pallarés Barrachina <https://orcid.org/0000-0001-8018-3959> Noelia.Pallares@uv.es, ^dLeyre Martínez Sandez leyre@alumni.uv.es, ^eAna Juan-García <https://orcid.org/0000-0002-5988-0490> Ana.juan@uv.es, ^fManuel García Monreal Manuel.Garcia-Monreal@uv.es, ^gFrancisco José Barba Orellana <https://orcid.org/0000-0002-5630-3989> Francisco.Barba@uv.es, ^hJuan Carlos Moltó Cortés, <https://orcid.org/0000-0002-0459-5334> J.c.molto@uv.es.

How to cite: Cristina Juan García, Paula Llorens Castelló, Noelia Pallarés Barrachina, Leyre Martínez Sandez, Ana Juan-García, Manuel García Monreal, Francisco José Barba Orellana, Juan Carlos Moltó Cortés. 2022. “Mindful eating and role-playing” en la docencia de nutrición clínica. En libro de actas: *VIII Congreso de Innovación Educativa y Docencia en Red. Valencia*, 6 - 8 de julio de 2022. <https://doi.org/10.4995/INRED2022.2022.15792>

Abstract

The student of the Degree in Human Nutrition and Dietetics, acquires theoretical knowledge and develops critical skills in the whole subjects conforming the Degree. In the last period of their studies, during the practicum, they improve communication, listening, empathy, and open-minded psychonutritional skills which will be a valuable key for their future professional progress. All these skills give the student the tools to grow in responsibility, to learn values, and to carry a wealth of experience to face the world of work with determination and maturity. In this context, the academic syllabus of the Nutrition subject includes the application of theoretical nutritional knowledge for the resolution of clinical cases implementing a theoretical approach. Here it is presented how the theoretical case activities in the nutrition practice sessions were adapted through ROLE-PLAYING including MINDFUL EATING guidelines. This practice had the intention of working on decision-making, communication, listening, and nutritional evaluation management skills, from a more real perspective as the student implements it with their colleagues and in a clinical nutrition environment. For this purpose, students were divided into groups on which one had the role of the nutritionist and the other as a patient, according to the guidelines files prepared for this by professors of the subject. It was necessary to previously assay on the different roles assigned for each group and to elaborate recording videos which served as a model of the practice to follow. The activity was carried out at the Center for Interdisciplinary Simulation of Health of the University of Valencia, recently created. In this sense, the role of the professor was to facilitate the student the knowledge and improvement as clinical nutritionist skills in three aspects: to collect and manage clinical information; to analyze and assess the data resulting from listening and managing the nutritional evaluation

and to propose nutritional advice. The activity practice was highly accepted and evaluated by the students as it was revealed with the great involvement in working and implementing theoretical knowledge and communication skills.

Keywords: *role-playing, nutrition, simulation, innovation*

Resumen

El estudiante del Grado de Nutrición Humana y Dietética, a lo largo del grado adquiere conocimientos teóricos y desarrolla capacidades de análisis crítico y habilidades analíticas en muchas de las asignaturas. En el último eslabón de su formación, durante el practicum, se trabajan habilidades de comunicación, escucha, empatía y amplitud de miras psiconutricionales que le permiten realizar su desarrollo profesional con responsabilidad, en valores y un bagaje de experiencia para enfrentarse al mundo laboral con seguridad y madurez. En este contexto, la asignatura de Nutrición, en su programación académica contempla la aplicación de los conocimientos teóricos nutricionales para la resolución de casos clínicos desde un planteamiento teórico. El objetivo es adaptar las actividades de casos teóricos en las sesiones de prácticas de nutrición mediante ROLE-PLAYING incluyendo pautas de MINDFUL EATING, con el fin de trabajar la capacidad de toma de decisiones, de comunicación, escucha y gestión de la evaluación nutricional, desde una perspectiva más real con sus compañeros en la nutrición clínica. Para ello, se emplearon fichas en las que de una forma guionizada y en equipos, un estudiante realizó el rol de nutricionista y un compañero el de paciente, siguiendo las pautas que se indicaban en las fichas que se prepararon para tal fin. Fue necesario que previamente se trabajasen los diferentes roles asignados en equipos, elaborando audios locutados a modo de ejemplo que sirvieron de modelo o referente. Esta actividad se desarrolló en el Centro de Simulación Interdisciplinar de Salud de la Universitat de València. En este sentido, el papel del docente fue que el estudiante conociese y mejorase el rol del nutricionista en la clínica en tres vertientes: recabar y gestionar la información clínica; analizar y valorar los datos fruto de la escucha y gestión de la evaluación nutricional, y plantear el consejo nutricional. El trabajo realizado ha sido muy bien aceptado por el estudiante y con gran implicación, trabajando conocimientos teóricos y habilidades de comunicación.

Palabras clave: *role-playing, nutrición, simulación, innovación.*

1. Introducción

A lo largo de la asignatura de Nutrición que se imparte en el segundo curso del Grado de Nutrición Humana se explican los aspectos básicos de la alimentación y la nutrición, incluyendo la digestión y metabolismo de los nutrientes para alcanzar un buen estado nutricional y de salud. En los últimos temas se avanza hacia las aplicaciones de mayor interés en el ejercicio práctico del nutricionista que incluyen inequívocamente la evaluación del estado nutricional y la elaboración del diagnóstico junto con las recomendaciones nutricionales, con pautas de alimentación saludable, a través de una dieta equilibrada adecuada al estado nutricional evaluado y la etapa vital del paciente.

Los conocimientos de esta asignatura permiten alcanzar los fundamentos para el desarrollo en otras asignaturas como dietética y dietoterapia (en cursos posteriores), y forman al estudiante en organización y pautas a seguir frente a un caso de evaluación e intervención nutricional. Los aspectos de aplicación y análisis crítico de valoración nutricional son los más demandados por los estudiantes, pero también los más complejos si el estudiante no ha adquirido conocimientos sólidos tanto de fisiología, bioquímica o bromatología, para realizar una adecuada interpretación de la información. Estas materias se imparten en primer curso, primer semestre de segundo y a lo largo de segundo curso, respectivamente, por lo que el estudiante en el segundo semestre ya está en condiciones de disponer de los conocimientos suficientes para aplicarlos de forma transversal en otras asignaturas.

La asignatura de Nutrición, desarrolla en sus últimas horas de docencia de aula, la resolución de casos nutricionales a partir de una historia clínica. Por lo tanto, se resuelven desde un punto de vista teórico, sin contacto directo con el paciente en una consulta. Para su práctica profesional, el futuro Dietista-Nutricionista será una parte activa en la elaboración de la historia clínica por lo que, además de adquirir conocimientos teóricos, debe desarrollar habilidades de escucha, comunicación y empatía, a la vez que ha de seleccionar, según el caso, aquella información y aspectos más importantes para una correcta evaluación (Mataix et al., 2002; Martínez-Valls et al., 2011; Martín et al., 2018). Finalmente, el consejo nutricional será clave para realizar una intervención nutricional con éxito y es en la simulación práctica en la que el estudiante podrá trabajar todos estos aspectos.

La organización de la entrevista, la atención al paciente y los datos de la historia clínica a recabar, son habilidades que en estos momentos no se trabajaban en profundidad en nuestra asignatura como tampoco su vinculación a los Objetivo de Desarrollo Sostenible (ODS). A lo largo de estos años hemos apreciado que todos estos son fundamentales tanto en el desarrollo de su formación como en la asimilación de los conocimientos de nutrición. El aprendizaje a través del “role-playing” permite, además de poner en práctica los conocimientos adquiridos a lo largo del curso, conocer la perspectiva tanto del paciente como del nutricionista y trabajar la empatía y las habilidades de comunicación. Siendo una herramienta que hasta ahora no habíamos puesto en práctica en nuestra asignatura.

La dinámica de trabajo en las prácticas de la asignatura, donde se cuenta con un número reducido de estudiantes por grupo, facilita un “feed-back” más directo y próximo entre el estudiante y docente, permitiendo abordar la mayoría de inquietudes y dudas que tienen el estudiante, mejorando la calidad del proceso de aprendizaje y el rendimiento académico.

2. Objetivos

El objetivo principal del presente proyecto de innovación docente es adaptar las actividades de casos teóricos en las sesiones de prácticas de nutrición mediante “ROLE-PLAYING” con pautas de “MINDFUL EATING”. Para ello se han establecido los siguientes objetivos secundarios:

- Trabajar la evaluación nutricional tanto antropométrica como clínica y realizar una recomendación dietética sana y equilibrada, incluyendo recomendaciones dietéticas de productos de estacionalidad y proximidad, como es la dieta mediterránea, para realizar un consumo consciente y responsable que se marca en la Agenda 2030 Objetivos de desarrollo sostenible. Mediante tablas con rúbricas que incluyan estos aspectos.
- Aumentar la motivación del alumnado, implicándose en su aprendizaje a través de la interpretación del rol y resolviendo el supuesto práctico. Midiendo el nivel de participación en la entrega de la actividad.
- Fomentar las habilidades de escucha, gestión de la información y aplicabilidad en la asignatura de nutrición y a lo largo del grado. Mediante la identificación por parte del estudiante en un vídeo previo a la práctica.
- Ofrecer un mayor alcance a los conocimientos adquiridos durante el curso desde una perspectiva práctica y próxima a situaciones más reales. Resolviendo un cuestionario al finalizar la sesión.

3. Material y metodología

Para alcanzar estos objetivos se ha seguido la siguiente metodología.

- Elaboración de fichas individuales para diferentes roles de paciente y roles de nutricionistas frente a diferentes supuestos prácticos sobre los que realizar una evaluación e intervención nutricional.
- Elaboración por parte de los estudiantes fichas de pautas dietéticas y hábitos nutricionales para implementar consumo de alimentos de proximidad y de estacionalidad, fomentando una Producción y consumo responsable, como se marca en el objetivo 12, de los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030.
- Elaboración de vídeos en el Centro de Simulación Interdisciplinar en Salud de la Universitat de València, con estudiantes que se encuentren realizando el prácticum del final de grado o recién graduados.
- Elaboración de un cuestionario para valorar la preferencia del estudiante frente a estas dinámicas docentes de trabajo.
- Elaboración de rúbricas de contenido teórico (*check-list*) para valorar la consecución de los objetivos (De Luis et al., 2012; De Ulibarri et al., 2002; Rodota et al., 2019; Hirsch 2009).

Respecto al material empleado:

- Material antropométrico: paquímetro, plicómetro HOLTAIN, tallímetro, báscula Tanita MC-780MA, cinta métrica y banco antropométrico.
- Programa de dietas EasyDiet para la valoración de la dieta del paciente por parte del nutricionista y para gestionar la información de cada paciente elaborando fichas individualizadas.
- Centro de Simulación Interdisciplinar en Salud de la Universitat de València.
- Rúbricas de trabajo con ítems de contenido teórico y habilidades de entrevista (*check-list*).

4. Resultados y discusión

El desarrollo de este trabajo ha sido fruto de la concesión de un proyecto de innovación docente (PID) 2021-22, por parte del Vicerrectorado de Ocupación y Programas Formativos de la Universitat de València. Para llevarlo a cabo se ha realizado previamente un vídeo modelo con estudiantes de último curso y recién graduados en Nutrición Humana y Dietética, que el equipo del proyecto invitó para su participación. Durante la práctica de nutrición se ha llevado a cabo la simulación, para ello al comienzo de la misma se realizó una explicación de dinámica de trabajo para poner en antecedentes a los estudiantes dándoles también directrices. Posteriormente, el docente hace la distribución de los miembros en tres grupos, uno el grupo que trabajará el perfil de nutricionista, otro del perfil del paciente y un tercer grupo que se le formará para poder realizar una valoración del visionado de la simulación.

4.1. Elaboración de vídeos modelo

Los estudiantes para poder valorar la simulación de sus compañeros, visionan previamente un vídeo modelo de entrevista que se grabaron previamente (Figura 1) con recientes graduados y estudiantes en prácticas externas de Nutrición Humana y Dietética, para que creen un criterio de valoración. Este grupo de estudiantes era de unos 10 alumnos, de forma que se creó un ambiente de trabajo y colaboración para llevar a cabo el trabajo. A estos estudiantes se les dió también una “check-list” de ítems mínimos que se deben exigir durante la atención clínico nutricional. La “check-list” se cumplimentó durante la simulación y el estudiante indicó si se preguntaba por: Datos generales del individuo; Motivo de la consulta/procedencia; Anamnesis o historia familiar, personal y social; Historia de la situación o enfermedad actual; Datos antropométricos y bioquímicos; Comportamiento/hábitos alimentarios; Aspectos cualitativos; Conocimientos y aptitudes; Actividad física; y por último Valoración cuantitativa de la ingesta.



Fig. 1. Centro de simulación interdisciplinar en salud (CESIS) de la Universitat de València.

4.2. Elaboración de la ficha del paciente

Para elaborarla hay que diseñar primero el perfil dietético nutricional del paciente que se quiere trabajar. Se elaboraron para tres tipos de pacientes. Uno, aquel paciente que su horario laboral no permite realizar una dieta equilibrada y que presenta bajo peso y valores analíticos con anemia; otro paciente que presenta una dieta hipercalórica con valores de triglicéridos y colesterol elevados, y hábitos sedentarios de actividad física; y un tercero en el que el paciente presenta esclerosis lateral amiotrófica.

Los estudiantes recibieron esta información en grupos de cinco miembros y unos elaboraron de forma simulada el tipo de entrevista que llevará a cabo el nutricionista sobre el paciente y se eligió el individuo que desarrollará el papel de paciente. Durante el desarrollo pensaron en aquellas preguntas que puede

hacerle el nutricionista, desde datos familiares, sociales y dietéticos, hasta aspectos de salud actuales y anteriores.

Durante el desarrollo del trabajo los estudiantes se implicaron, trabajaron en equipo y fueron muy activos, de esta forma pusieron en práctica no solo conocimientos teóricos que han aprendido sino también actividades transversales de toma de decisiones y trabajo en equipo.



Fig. 2. Los estudiantes elaboran en equipo una ficha completa del paciente.

4.3. Elaboración de la ficha del nutricionista

El perfil dietético-nutricional del paciente también se le dará al grupo de nutricionista, constituido por cinco estudiantes, y valores de analítica para que diseñasen el cuestionario sobre la información del paciente y además también evaluarán los datos de la ficha para completar la valoración nutricional-dietética del paciente. Para ello emplearán el programa EasyDiet confeccionando la ficha del paciente e incluyendo la información que se les dio previamente. Los estudiantes organizaron la entrevista completa y también la toma de las medidas antropométricas. Realizaron la valoración dando una orientación o pautas nutricionales-dietéticas, en ese aspecto y para establecer los ODS que se pretende en el proyecto dieron consejos respetuosos con dietas de proximidad y de estacionalidad, así como de cocina de aprovechamiento siguiendo así las prácticas de los ODS.

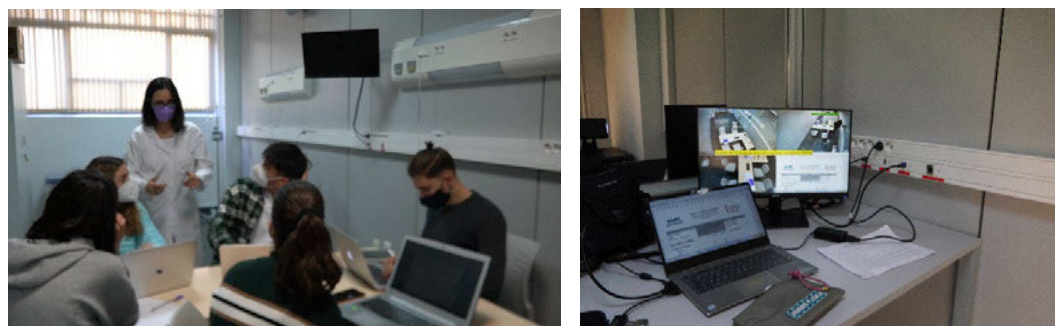


Fig. 3. a) Estudiantes en la sala consulta trabajan la entrevista nutricional; b) Sala contigua de control de la simulación del nutricionista.

En la sala de consulta nutricional los estudiantes del grupo nutricionista elaboraron la entrevista y el orden de intervención. En la sala contigua pudieron seguir e intervenir durante el desarrollo de la misma, aportando la analítica al nutricionista o ayudando o interviniendo en aquel momento que así lo requirió aquel estudiante que tuvo el rol de nutricionista.

4.4. Visionado de la simulación

El tercer grupo de estudiantes que evaluó y visionó la simulación, viendo tanto el vídeo modelo que ha valoró con la *check-list* y el visionado de la simulación de sus compañeros gracias al sistema de cámaras y sonido instalado en el Centro de Simulación Interdisciplinar en Salud. Se trató de trabajar desde un punto de vista crítico y analítico de la práctica, señalaron los puntos débiles y aquellas fortalezas, para posteriormente proponer mejoras. En el caso del análisis del vídeo de simulación sincrónico todos los estudiantes de los tres grupos han discutido y debatido estas mejoras. Es por tanto esta parte la más útil y pedagógica de la práctica. Ellos valoraron de forma muy participativa aquello que sus compañeros hicieron ya que entre todos han elaborado la tarea, habiendo una gran implicación por todas las partes. Al finalizar la práctica los estudiantes entregan el *check-list* y han sido conscientes de los puntos que con más frecuencia pasan por alto y que son de gran importancia. Tras la puesta en común los estudiantes reconocen que la tabla *check-list* les es de utilidad para organizar futuras entrevistas y pautas a aconsejar.



Fig. 4. a) Estudiantes en la sala de debate trabajan la simulación que visionan; b) Visionado de la simulación de atención nutricional. (EasyDiet)

4.5. Evaluación y participación del estudiante.

Tras el desarrollo del visionado, el estudiante debe entregar el *check-list* en el aula virtual de la asignatura y además de anotar el resumen del debate con sus compañeros, con aquellos punto que más les han llamado la atención. El tutor valora en la práctica aquel procedimiento más idóneo según el paciente por lo que el estudiante reconoce si ha sido correcta su decisión. La entrega del *check-list* y la tarea realizada por cada grupo ha mostrado la gran participación del estudiante y el interés al recoger los comentarios de sus compañeros. Por otro lado, el grado de satisfacción de la práctica se evaluó mediante una encuesta, aunque durante todo el desarrollo de la misma se observó una gran participación, interés y responsabilidad por parte del estudiante. Con ello el tutor ha tenido un registro directo del estudiante y ha podido valorar la consecución de los objetivos.

5. Conclusiones

El desarrollo de la simulación ha permitido trabajar los conceptos teóricos (antropométricos y clínicos) adquiridos en la asignatura de Nutrición que se imparte en el Grado de Nutrición Humana y Dietética con gran éxito, siendo muy bienvenidos por el estudiante, obteniendo una valoración en la encuesta realizada tras la práctica de 5 sobre 5 por el 97% de los estudiantes. En la valoración también reconoce el estudiante que con el *check-list* se encuentra más preparado para hacer frente a futuras intervenciones, teniendo un guión de trabajo de gran utilidad.

En todo momento el estudiante ha estado muy participativo y con gran interés, resolviendo todas las tareas (97% de los estudiantes entregaron la tarea en el aula virtual), dando su valoración (100%) y participando

en la simulación (100%). El estudiante ha señalado la gran utilidad de la implementación de pautas de consumo de alimentos de forma consciente (*mindful eating*) en la obesidad o trastornos de la alimentación (92%). Además de realizar consejos de consumo alimentario sostenible, fomentando aquellos productos de proximidad, estacionalidad y la cocina de aprovechamiento. Aspectos que han puesto en valor y han recalcado en la valoración de la práctica (78%).

Los estudiantes ha explorado con los vídeos los sentimientos, actitudes, valores y percepciones que influyen en la conducta dietética, además de descubrir y aceptar el rol de los demás. Ello también ha permitido trabajar las relaciones interpersonales, las motivaciones emocionales y la toma de decisiones.

Por último, el desarrollo de estas actividades ha permitido mejorar la capacidad de resolución de un caso clínico nutricional al comentarlo con sus compañeros y tutor, además de reflexionar sobre la asunción de las consecuencias que derivan de la toma de decisiones, tanto para el tratamiento como para la adherencia por parte del paciente al consejo nutricional.

Agradecimientos

Agradecer al centro del CESIS de la Universitat de Valencia su disponibilidad para llevar al cabo el trabajo. Este trabajo ha contado con una ayuda económica de la convocatoria del Vicerectorat d'Ocupació i Programes Formatius de la Universitat de València para el Desarrollo de Proyectos de Innovación Educativa para el curso 2021-2022 (NOU-PID, UV-SFPIE_PID-1639256).

6. Referencias

- De Luis, D.A., Bellido, D., García, P.P. (2012). *Dietoterapia, nutrición clínica y metabolismo*. 2º ed. Ed. Díaz de Santos.
- De Ulibarri, J.I., González-Madroño A, González P, et al. (2002). Nuevo procedimiento para la detección precoz y control de la desnutrición hospitalaria. *Nutr. Hosp.*; 17 (4): 179-188.
- Hirsch Adler, A. (2009). Competencias y rasgos de ética profesional en estudiantes y profesores de posgrado de la UNAM. *Sinéctica*, (32), 14-16.
- Rodota, L.P., Castro, M.E. (2019) *Nutrición clínica y dietoterapia*. 2ª ed., Editorial Médica Panamericana.
- Martín, M., Leal, C., Muñoz, A., Jiménez, D., Rojo, A., Díaz, J.L. (2018). Aprendiendo ética con simulación. Perspectiva de los alumnos sobre el aprendizaje experiencial y reflexivo de la bioética. *Rev Ética de los Cuidados*. 11 (e11488)
- Martínez-Valls, J.F., Gabaldón, J., Civera, M. (2011). *Valoración del estado nutricional*. En: *Endocrinología y Nutrición: protocolos diagnóstico-terapéuticos*. Valencia 2011. Ed. JT Real, FJ Ampudia y JF Ascaso. pp 339-341.
- Mataix, J., Aranceta, J. (2002). *Recomendaciones nutricionales y alimentarias*. En: *Nutrición y alimentación humana*. Editor: Mataix J. Editorial Ergon, Vol.1, pp 245-269.
- Ortega, R.M., Requejo, A.M. (2003). *Nutriguia. Manual De Nutrición Clínica En Atención Primaria (General)*. Complutense S A Editorial.
- Salas-Salvadó, J., Bonada, A., Trallero, R., Saló, M. (2000) *Nutrición y Dietética clínica*. Doyma. Barcelona.
- EasyDiet programa online. https://www.easydiet.es/index.php?p=area_pacientes&sp=mis_pacientes