

DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES Y HÁBITOS ALIMENTARIOS EN MENDOZA

FACULTAD DE
CIENCIAS DE
LA NUTRICIÓN



ideal

www.ideal.org.ar



Universidad
del Aconcagua

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Crear un espacio de respeto y confianza en que los adolescentes puedan desarrollar y fortalecer habilidades sociales a través de la interacción con sus pares, facilitando su desenvolvimiento social y personal y fomentando la promoción de hábitos de alimentación saludable.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Dotar a los adolescentes de estrategias necesarias para resolver conflictos que surjan en las relaciones interpersonales (resolución de problemas).
- Capacitar a los alumnos para expresar directamente los propios sentimientos, opiniones y pensamientos y defender sus derechos, en el momento oportuno, de la forma adecuada sin negar ni desconsiderar los sentimientos, opiniones, pensamientos y derechos de los demás (asertividad).
- Construir espacios donde los alumnos puedan reconocer sus capacidades y ponerlas al servicio de objetivos comunes en diversos grupos de trabajo (trabajo en equipo).

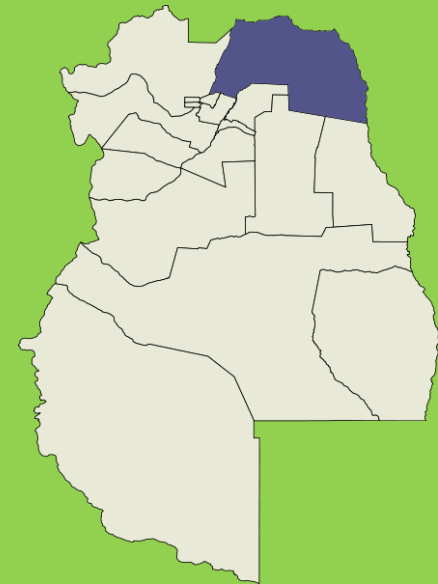
BENEFICIARIOS

1° año “A” de la Escuela José Miguel Graneros, Lavalle - Gustavo André (17 alumnos)

ZONA DE INFLUENCIA

Departamento de Lavalle

- Economía fundamentalmente **agropecuaria**
- 28% de los hogares rurales con **necesidades básicas insatisfechas**
- La mitad de los asalariados trabajan en la **informalidad**, lo cual genera altos grados de vulnerabilidad:
 - Sin cobertura previsional, ni de salud
 - Inestabilidad laboral
 - Bajos niveles de ingresos
 - A mayor informalidad, mayores niveles de pobreza
 - A mayor informalidad, mayores niveles de desigualdad



METODOLOGÍA DE TRABAJO

A. Entrenamiento en Habilidades Sociales

2 talleres semanales de 2 hs. reloj c/u, durante dos meses (entre sept-16 y nov-16)

1) Trabajo en Equipo (4 talleres)

2) Resolución de Problemas (4 talleres)

3) Asertividad (4 talleres)

B. Talleres de Nutrición (2 talleres de 2 hs. reloj c/u)

- Encuesta inicial para conocer los hábitos alimentarios de los adolescentes
- Taller de promoción de hábitos saludables

ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES SOCIALES - METODOLOGÍA

1. **Relajación:** dinámica de construcción de la confianza y el espacio voluntad para preparar un trabajo adicional.
2. **Trabajar con las habilidades sociales:** consistió en la dinámica de formación específica en habilidades sociales como el teatro, la instrucción, la observación de comportamientos, y también las habilidades de aprendizaje dinámicas indirectas, por ejemplo, juegos de equipo, películas, círculos de conversación, cine-debates. Los medios audiovisuales son un conjunto de técnicas visuales y auditivas que apoyaron la enseñanza, posibilitando mayor y más rápida comprensión e interpretación de las ideas. Su empleo permitió que el alumno asimilara una cantidad de información mayor al percibirla de forma simultánea a través de dos sentidos: la vista y el oído.
3. **La integración de la experiencia:** dinámica de reflexión y articulación de trabajo como círculo de conversación, dibujo, escritura.

LA EXPERIENCIA EN LA ESCUELA JOSÉ MIGUEL GRANEROS



EVALUACIÓN DE IMPACTO

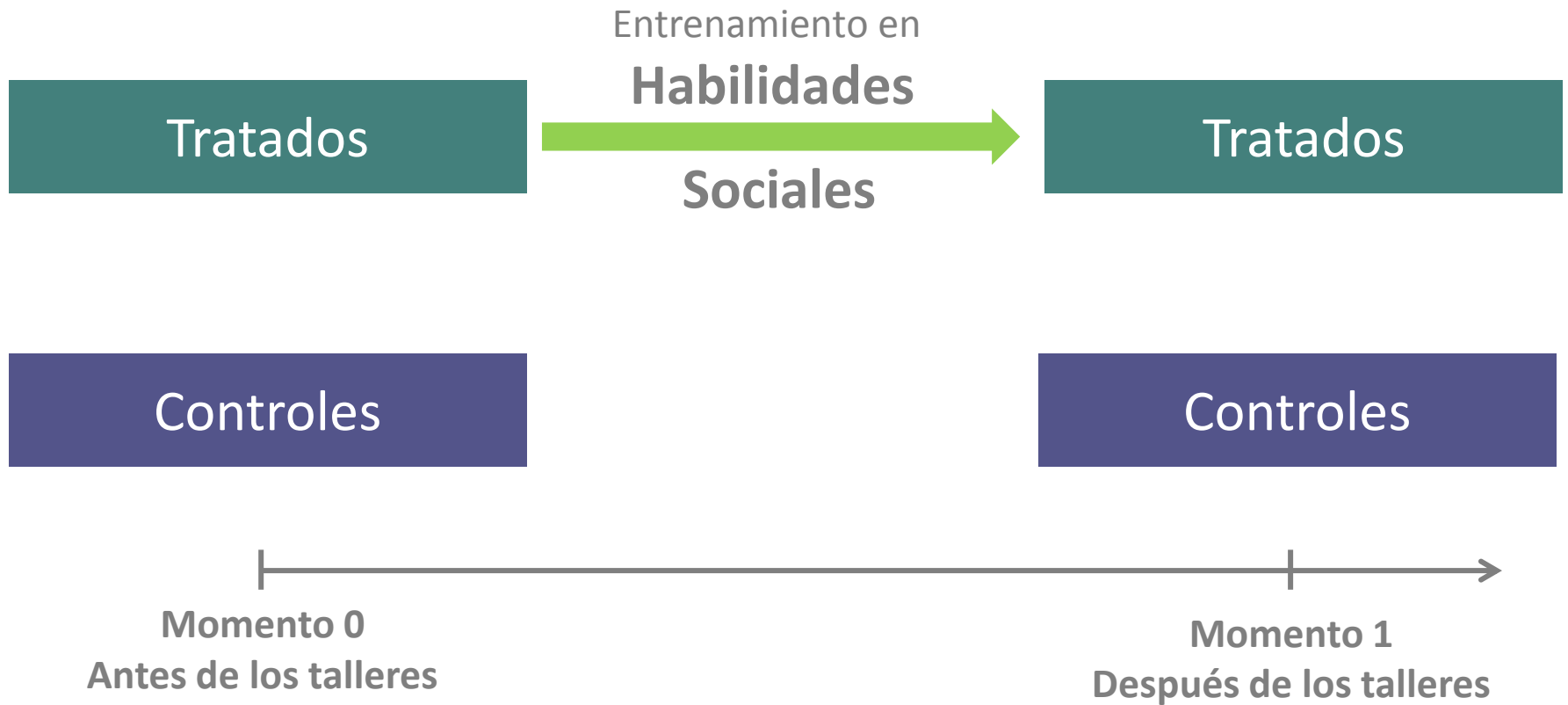
- Resulta relevante determinar cuál sería el estado de situación si el programa no se hubiera implementado.
- Se aplicó un cuestionario para evaluar el bienestar psicológico (Escala de Evaluación de Bienestar Psicológico). Fases de aplicación:
 1. Antes de los Talleres (mes cero)
 2. Después de los Talleres (mes dos)
- Aplicado en dos grupos, lo que permite la comparación de resultados:

**Grupo de
Control
(1°B)
22 encuestas**

**Grupo
Experimental
(1°A)
15 encuestas**

EVALUACIÓN DE IMPACTO

Metodología de aplicación de las encuestas

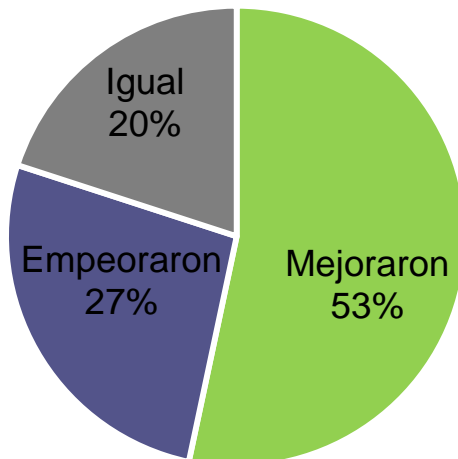


EVALUACIÓN DE IMPACTO

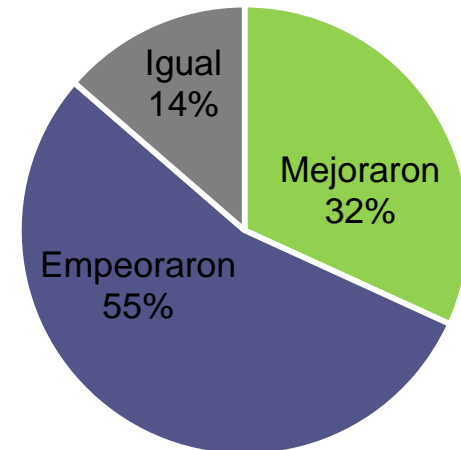
PRINCIPALES RESULTADOS

- El cuestionario aplicado permite obtener una Escala de Bienestar Psicológico
- A mayor puntaje, mayor es el bienestar del individuo en cuestión
- Se considera dentro de la categoría “mejoraron” a aquellos participantes que obtuvieron un mayor puntaje en el momento 1 (después del taller) respecto al momento 0 (antes de iniciado el taller)

Tratados



Controles



INSTITUCIÓN ORGANIZADORA

ideal

INSTITUCIONES ASOCIADAS

FACULTAD DE
CIENCIAS DE
LA NUTRICIÓN



Universidad
del Aconcagua