



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

ESCUELA DE MEDICINA

MATERIA:

EPIDEMIOLOGIA

ALUMNOS:

MINERVA PATRICIA REVELES

OSCAR EDUARDO FLORES

ALDO GUBIDXA VAZQUES LOPEZ

El material didáctico que planeamos con mis compañeros para ofrecerle a las personas y a los pequeños una mejor nutrición, este es basado en el aprendizaje que se nos da desde pequeños, el cual es fácil, razonable, dinámico y automatizado, ya que hablando con mi equipo nos dimos cuenta que mientras las empresas refresqueras y de alimentos procesados o los llamados chatarra, planean sus estrategias no solo para que las personas se sientan incentivadas a gastar su dinero en ellas si no que estas también buscan que las personas las vean como alguien que está ahí para ellos y que les facilita todo para que estas no tengan que hacer el mínimo esfuerzo en planear el que comer, el que beber y es algo que a nuestro parecer a día de hoy los sectores encargados de la salud poblacional no hacen, por eso queremos presentar un método didáctico que hasta las mismas personas podrían hacer en sus hogares, se trata de una ruleta dividida en círculos más pequeños o más grandes según la perspectiva, el cual les facilita la selección de alimentos, acompañamientos y bebidas, que en la mayoría de comunidades sean fáciles de conseguir y que en general tengan un aproximado de cuantas calorías se consumen como máximo y como mínimo por cada platillo que de esta ruleta sea preparado, trayendo atrás una leyenda sobre consejos para cuidar de tu estado nutricional y por otro lado tener la oportunidad de que la misma persona tenga un control detallado de lo que consume

Como equipo tenemos en cuenta que este material didáctico tiene que ser comprensible para los niños más pequeños, los adultos, personas que no sepan leer o escribir, y personas con capacidades diferentes, como aquellos que carecen de la visión, la audición, la vista y el habla, esto se planea lograr con un sistema en base a dibujos y un sistema de puntos conocido como braille.

Ejemplo esquematizado: con este ejemplo conseguimos un total de 300 Kcal manteniendo a la persona con vitaminas esenciales y una ración de proteínas, todo esto con un material fácil de comprender y que además se puede acomodar al gusto de la persona, evitando problemas de desnutrición, obesidad y sobrepeso, estamos pensando en poner como un rango máximo de 650 kcal por platillo.

