

Guía para el profesor

Atención Nutricional en la Mujer Adulta
LSNU6o16



Índice

Información general del curso	1
Metodología	2
Evaluación.....	3
Bibliografía.....	5
Tips importantes.....	6
Temario	7
Notas de enseñanza	9
Evidencia.....	16

Información general del curso

Modalidades

- Clave banner: LSNU6016
- Modalidad: Presencial

Competencia del curso

Identifica los principales problemas y riesgos en la nutrición de la mujer adulta y mejora su calidad de vida a través de planes alimenticios.





Metodología

Un certificado es un programa académico breve que consta de varios cursos cuyos contenidos se elaboran con base en experiencias laborales y tiene como objetivo desarrollar competencias específicas en el estudiante, preparándolo para desempeñarse correctamente en un empleo.

Cada certificado está compuesto por tres o cuatro cursos, siendo el último el desarrollo de un proyecto o taller en el que se demuestra el logro de la competencia global establecida.

Un curso se divide en módulos y cada módulo se divide en temas. En los temas se encontrará lo siguiente:

- **Explicación** que consiste en un conjunto de conceptos teóricos y ejemplos reales de la vida laboral que ayudarán a ampliar el conocimiento.
- **Recursos educativos** conformados por una selección de lecturas y videos disponibles en sitios Web que han sido debidamente curados por expertos y sirven como complemento de las explicaciones.
- **Actividades de aprendizaje**, cuyo propósito es aplicar y experimentar con los conceptos estudiados.
- **Evidencias** que consisten en actividades que engloban las habilidades de todo el curso, y cuya función principal es demostrar que se ha alcanzado la competencia general del curso.

Los resultados de cada actividad o evidencia se deben enviar a través de la plataforma educativa y se evaluarán según los criterios o rúbrica que se indique.

Importante

Guarda una copia digital de todos los trabajos, actividades y evidencias que realices en tus cursos, pues estos archivos serán indispensables para poder realizar tu Proyecto Integrador (última materia del certificado). Con ellos formarás un portafolio personal de proyectos que será de mucha utilidad para organizar de manera estratégica el gran volumen de experiencias y aprendizajes obtenidos a lo largo de tu carrera; además, tu portafolio será un medio para enriquecer tu proyección profesional y demostrar todos tus conocimientos y habilidades, lo que permitirá exhibir tus logros ante posibles empleadores.

Asegúrate de respaldar todos tus documentos en un dispositivo de almacenamiento físico, así como en algún servicio de nube (OneDrive, Google Drive, iCloud).



Evaluación

De acuerdo con el programa de nueve actividades, cuatro prácticas y una evidencia dividida en tres fases, el certificado se evaluará de la siguiente manera:

No.	Nombre de la actividad	Semana	Ponderación
1	Actividad 1	Semana 1	4
2	Actividad 2	Semana 2	4
3	Actividad 3	Semana 3	4
4	Práctica de campo 1	Semana 4	10
5	Evidencia 1	Semana 5	7
6	Actividad 4	Semana 6	4
7	Actividad 5	Semana 7	4
8	Práctica de campo 2	Semana 8	10
9	Actividad 6	Semana 9	4
10	Evidencia 2	Semana 10	7
11	Actividad 7	Semana 11	4
12	Práctica de campo 3	Semana 12	11
13	Actividad 8	Semana 13	4

14	Actividad 9	Semana 14	4
15	Práctica de campo 4	Semana 15	12
16	Evidencia 3	Semana 16	7
	Total		100 puntos

Bibliografía

→ Libro de apoyo:

Kaufer, M., Pérez, A., Ramos, V., y Gutiérrez, L. (2023). *Nutriología Médica* (5^a ed.). México: Editorial Médica Panamericana.

ISBN impresa+digital: 978-607-8546-78-7

ISBN eBook: 978-607-8546-79-4

→ Libro de apoyo:

Raymond, J., y Morrow, K. (2021). *Krause. Mahan. Dietoterapia* (15^a ed.). España: Elsevier Health Sciences.

ISBN: 978-84-9113-937-9

ISBN eBook: 978-84-1382-113-9





Tips importantes

- Aplicar un breve ejercicio de bienestar y otro que incite a la comunicación, al inicio de la clase.
- Anticipar con suficiente antelación la explicación de la evidencia en cada fase, para que los aprendedores tengan tiempo de buscar una institución donde puedan aplicar todas las actividades.
- Revisar los temas y preparar ejemplos prácticos que se puedan discutir en clase.
- Enriquecer la información con artículos actualizados y videos con datos relevantes de cada tema.
- Motivar a los aprendedores a aplicar sus actividades prácticas en distintas personas para que conozcan la variedad de perfiles clínicos que pueden encontrar en el campo laboral.
- Recordar en el análisis de casos prácticos las cualidades de la atención enfocada en la persona, para que puedan adaptar sus evaluaciones e intervenciones a este tipo de servicio.



Temario

Tema 1	Mujer adulta y su definición
1.1	Fisiología reproductiva de la mujer
1.2	Mujer adulta: generalidades
1.3	Panorama actual de la mujer en México y el mundo
Tema 2	Síndrome premenstrual (SPM)
2.1	Definición y causas
2.2	Síntomas
2.3	Tratamiento nutricional
Tema 3	Síndrome de Ovario Poliquístico (SOP)
3.1	Definición y tipos
3.2	Sintomatología y comorbilidades
3.3	Tratamiento nutricional
Tema 4	Infertilidad
4.1	Infertilidad: Definición y causas
4.2	Endometriosis: Definición, causas y síntomas
4.3	Tratamiento
Tema 5	Climaterio: menopausia y posmenopausia
5.1	Climaterio: terminología, síntomas y composición corporal
5.2	Menopausia: definición, síntomas, terapias farmacológicas y no farmacológicas
5.3	Posmenopausia: infecciones de vías urinarias y riesgo de osteoporosis
Tema 6	Aspectos psicológicos en la mujer adulta
6.1	Estrés, ansiedad y depresión
6.2	Escala de reajuste social
6.3	Estrategias de intervención
Tema 7	Epidemiología
7.1	Determinantes de salud
7.2	Estadísticas vitales y morbilidades de la mujer
7.3	El papel de la educación nutricional

Tema 8	Factores de riesgo nutricional
8.1	Estilo de vida y riesgo nutricional
8.2	Deficiencias o excesos de nutrientes específicos
8.3	Factores de riesgo alimentarios (economía, educación y accesibilidad)
Tema 9	Bioquímica en la mujer adulta
9.1	Análisis bioquímicos
9.2	Examen general de orina
9.3	Estudios específicos en la mujer
Tema 10	Trastornos alimentarios
10.1	Trastornos de la conducta alimentaria
10.2	Causas y detonantes
10.3	Soluciones y tratamiento
Tema 11	Signos y síntomas de ataque cardiaco
11.1	Fisiología cardiovascular
11.2	Enfermedades cardiovasculares
11.3	Signos y síntomas de ataque cardiaco
Tema 12	Dietas de moda y sus riesgos
12.1	Dietas de moda y la epidemia de la obesidad
12.2	Síntomas y efecto rebote
12.3	Un caso real
Tema 13	Dieta familiar
13.1	Mujer adulta y dieta familiar
13.2	Aspectos generales de la dieta familiar
13.3	Estrategias de incorporación para la dieta familiar
Tema 14	Plan de alimentación y actividad física
14.1	Actividad física en la mujer adulta
14.2	Actividad física en el climaterio
14.3	Objetivos generales del plan de alimentación en la mujer adulta
Tema 15	Apoyo de las redes sociales en la intervención nutricional de este grupo de edad
15.1	Apoyo social
15.2	Redes sociales en Internet
15.3	Nutriólogo como fuente de apoyo social



Notas de enseñanza

Para este certificado, se recomienda revisar las notas en cada tema:

Tema 1 Mujer adulta y su definición

En este tema se abordará la fisiología reproductiva de la mujer adulta y el contexto actual de su papel en el mundo.

Notas para la enseñanza del tema:

- Revisar el tema previamente y preparar ejemplos de casos clínicos, según la experiencia del evaluador, para compartir contextos reales con los aprendedores.
- Promover que los aprendedores estudien la información proporcionada en el tema previo a la sesión.
- Confirmar que las ligas de los recursos de apoyo sigan vigentes en el tema.
- Invitar al análisis y discusión de los subtemas con los aprendedores.
- Exponer los factores que afectan la salud del aparato reproductor femenino.
- Revisar si hay alguna actividad específica o práctica para este tema, explicar las indicaciones con antelación, y preparar el espacio y los recursos necesarios para aplicarla con éxito.

Tema 2 Síndrome premenstrual

En este tema se abordará la definición, causas y síntomas del síndrome premenstrual, así como las recomendaciones sobre el estilo de vida aplicables a la mejora de su manifestación.

Notas para la enseñanza del tema:

- Revisar el tema previamente y preparar ejemplos de casos clínicos, según la experiencia del evaluador, para compartir contextos reales con los aprendedores.
- Promover que los aprendedores estudien la información proporcionada en el tema previo a la sesión.
- Confirmar que las ligas de los recursos de apoyo sigan vigentes en el tema.
- Invitar al análisis y discusión de los subtemas con los aprendedores.
- Exponer los factores que intervienen en el agravamiento de los síntomas y enfermedades del aparato reproductor femenino con las que se puede confundir el diagnóstico.
- Revisar si hay alguna actividad específica o práctica para este tema, explicar las indicaciones con antelación, y preparar el espacio y los recursos necesarios para aplicarla con éxito.

Tema 3 Síndrome de Ovario Poliquístico (SOP)

En este tema se abordará la definición, tipos, sintomatología y complicaciones del SOP, así como la intervención nutricional que puede mejorar su curso.

Notas para la enseñanza del tema:

- Revisar el tema previamente y preparar ejemplos de casos clínicos, según la experiencia del evaluador, para compartir contextos reales con los aprendedores.
- Promover que los aprendedores estudien la información proporcionada en el tema previo a la sesión.
- Confirmar que las ligas de los recursos de apoyo sigan vigentes en el tema.
- Invitar al análisis y discusión de los subtemas con los aprendedores.
- Exponer los factores que afectan la salud del aparato reproductor femenino.
- Revisar si hay alguna actividad específica o práctica para este tema, explicar las indicaciones con antelación, y preparar el espacio y los recursos necesarios para aplicarla con éxito.

Tema 4 Infertilidad

En este tema se abordarán los criterios diagnósticos de infertilidad, así como sus posibles causas y el tratamiento nutricional que mejora los parámetros hormonales.

Notas para la enseñanza del tema:

- Revisar el tema previamente y preparar ejemplos de casos clínicos, según la experiencia del evaluador, para compartir contextos reales con los aprendedores.
- Promover que los aprendedores estudien la información proporcionada en el tema previo a la sesión.
- Confirmar que las ligas de los recursos de apoyo sigan vigentes en el tema.
- Invitar al análisis y discusión de los subtemas con los aprendedores.
- Exponer los efectos psicológicos, culturales y personales que se ven alterados en casos de infertilidad.
- Revisar si hay alguna actividad específica o práctica para este tema, explicar las indicaciones con antelación, y preparar el espacio y los recursos necesarios (o solicitarlos a los aprendedores) para aplicarla con éxito.

Tema 5 Climaterio, menopausia y posmenopausia

En este tema se abordará cada fase del climaterio, la manifestación clínica y riesgos a la salud en la mujer que atraviesa esta etapa.

Notas para la enseñanza del tema:

- Revisar el tema previamente y preparar ejemplos de casos clínicos, según la experiencia del evaluador, para compartir contextos reales con los aprendedores.
- Promover que los aprendedores estudien la información proporcionada en el tema previo a la sesión.
- Confirmar que las ligas de los recursos de apoyo sigan vigentes en el tema.

- Invitar al análisis y discusión de los subtemas con los aprendedores.
- Exponer los factores que mejoran o empeoran la manifestación de los síntomas propios del climaterio.
- Revisar si hay alguna actividad específica o práctica para este tema, explicar las indicaciones con antelación, y preparar el espacio y los recursos necesarios (o solicitarlos a los aprendedores) para aplicarla con éxito.

Tema 6 Aspectos psicológicos en la mujer adulta

En este tema se abordará el estrés, ansiedad y depresión, como principales problemas psicológicos en la mujer adulta, así como las estrategias de intervención útiles al identificar un caso similar en una consulta nutricional.

Notas para la enseñanza del tema:

- Revisar el tema previamente y preparar ejemplos de casos clínicos, según la experiencia del evaluador, para compartir contextos reales con los aprendedores.
- Promover que los aprendedores estudien la información proporcionada en el tema previo a la sesión.
- Confirmar que las ligas de los recursos de apoyo sigan vigentes en el tema.
- Invitar al análisis y discusión de los subtemas con los aprendedores.
- Exponer los hábitos dietéticos que pueden mejorar o empeorar una crisis de estrés, ansiedad y depresión.
- Revisar si hay alguna actividad específica o práctica para este tema, explicar las indicaciones con antelación, y preparar el espacio y los recursos necesarios (o solicitarlos a los aprendedores) para aplicarla con éxito.

Tema 7 Epidemiología

En este tema se abordará la definición de epidemiología, su utilidad, los determinantes de salud actuales en México y el mundo, así como las estadísticas de salud actuales.

Notas para la enseñanza del tema:

- Revisar el tema previamente y preparar ejemplos de la aplicación epidemiológica en la consulta nutricional, según la experiencia del evaluador, para compartir contextos reales con los aprendedores.
- Promover que los aprendedores estudien la información proporcionada en el tema previo a la sesión.
- Confirmar que las ligas de los recursos de apoyo sigan vigentes en el tema.
- Invitar al análisis y discusión de los subtemas con los aprendedores.
- Exponer el papel de la educación nutricional en la mejora de las estadísticas sobre enfermedades crónicas en México.
- Revisar si hay alguna actividad específica o práctica para este tema, explicar las indicaciones con antelación, y preparar el espacio y los recursos necesarios (o solicitarlos a los aprendedores) para aplicarla con éxito.

Tema 8 Factores de riesgo nutricional

En este tema se abordará la forma en que el estilo de vida interviene en la salud de las mujeres adultas, así como el papel de los factores externos como la economía y educación.

Notas para la enseñanza del tema:

- Revisar el tema previamente y preparar ejemplos de casos clínicos, según la experiencia del evaluador, para compartir contextos reales con los aprendedores.
- Promover que los aprendedores estudien la información proporcionada en el tema previo a la sesión.
- Confirmar que las ligas de los recursos de apoyo sigan vigentes en el tema.
- Invitar al análisis y discusión de los subtemas con los aprendedores.
- Exponer las herramientas de valoración nutricional que permiten identificar riesgos a la salud de las mujeres.
- Revisar si hay alguna actividad específica o práctica para este tema, explicar las indicaciones con antelación, y preparar el espacio y los recursos necesarios (o solicitarlos a los aprendedores) para aplicarla con éxito.

Tema 9 Bioquímica en la mujer adulta

En este tema se abordará la utilidad de cada estudio bioquímico general y específico para la mujer adulta.

Notas para la enseñanza del tema:

- Revisar el tema previamente y preparar ejemplos de casos clínicos, según la experiencia del evaluador, para compartir contextos reales con los aprendedores.
- Promover que los aprendedores estudien la información proporcionada en el tema previo a la sesión.
- Confirmar que las ligas de los recursos de apoyo sigan vigentes en el tema.
- Invitar al análisis y discusión de los subtemas con los aprendedores.
- Exponer otros estudios bioquímicos más específicos que sean poco frecuentes pero útiles en la mujer adulta, así como opciones de valoración en mujeres que asistan a consulta sin estudios.
- Revisar si hay alguna actividad específica o práctica para este tema, explicar las indicaciones con antelación, y preparar el espacio y los recursos necesarios para aplicarla con éxito.

Tema 10 Trastornos alimentarios

En este tema se abordará la clasificación de trastornos de la conducta alimentaria en la mujer adulta, así como los detonantes y el tratamiento nutricional para estos casos.

Notas para la enseñanza del tema:

- Revisar el tema previamente y preparar ejemplos de casos clínicos, según la experiencia del evaluador, para compartir contextos reales con los aprendedores.
- Promover que los aprendedores estudien la información proporcionada en el tema previo a la sesión.
- Confirmar que las ligas de los recursos de apoyo sigan vigentes en el tema.
- Invitar al análisis y discusión de los subtemas con los aprendedores.
- Exponer el papel de las redes sociales y la desinformación sobre la salud en el desarrollo de los trastornos de la conducta alimentaria, y la necesidad de mejorar la relación con los alimentos en todas las personas.
- Revisar si hay alguna actividad específica o práctica para este tema, explicar las indicaciones con antelación, y preparar el espacio y los recursos necesarios (o solicitarlos a los aprendedores) para aplicarla con éxito.

Tema 11 Signos y síntomas de ataque cardíaco

En este tema se abordarán las enfermedades cardiovasculares más prevalentes en la actualidad y la identificación temprana de un ataque cardíaco, así como el manejo dietético en estas pacientes.

Notas para la enseñanza del tema:

- Revisar el tema previamente y preparar ejemplos de casos clínicos, según la experiencia del evaluador, para compartir contextos reales con los aprendedores.
- Promover que los aprendedores estudien la información proporcionada en el tema previo a la sesión.
- Confirmar que las ligas de los recursos de apoyo sigan vigentes en el tema.
- Invitar al análisis y discusión de los subtemas con los aprendedores.
- Exponer los factores dietéticos con un papel importante en el desarrollo de enfermedades cardiovasculares, así como enfermedades primarias que resultan en enfermedad cardiovascular como una complicación secundaria.
- Revisar si hay alguna actividad específica o práctica para este tema, explicar las indicaciones con antelación, y preparar el espacio y los recursos necesarios (o solicitarlos a los aprendedores) para aplicarla con éxito.

Tema 12 Dietas de moda y sus riesgos

En este tema se abordará el contexto de diversas dietas de moda y los efectos que pueden provocar en el mantenimiento de un plan de alimentación y en la salud.

Notas para la enseñanza del tema:

- Revisar el tema previamente y preparar ejemplos de casos clínicos, según la experiencia del evaluador, para compartir contextos reales con los aprendedores.
- Promover que los aprendedores estudien la información proporcionada en el tema previo a la sesión.
- Confirmar que las ligas de los recursos de apoyo sigan vigentes en el tema.
- Invitar al análisis y discusión de los subtemas con los aprendedores.
- Exponer los tipos de retos nutricionales que hay en la actualidad y sus efectos positivos y negativos en la salud.
- Revisar si hay alguna actividad específica o práctica para este tema, explicar las indicaciones con antelación, y preparar el espacio y los recursos necesarios para aplicarla con éxito.

Tema 13 Dieta familiar

En este tema se abordará el efecto del papel de la mujer adulta en la familia sobre el cuidado de su propia salud, así como su influencia en la dieta familiar.

Notas para la enseñanza del tema:

- Revisar el tema previamente y preparar ejemplos de casos clínicos, según la experiencia del evaluador, para compartir contextos reales con los aprendedores.
- Promover que los aprendedores estudien la información proporcionada en el tema previo a la sesión.
- Confirmar que las ligas de los recursos de apoyo sigan vigentes en el tema.
- Invitar al análisis y discusión de los subtemas con los aprendedores.
- Exponer estrategias de organización de tiempo para el cuidado de la salud de la mujer adulta, en el contexto laboral y familiar que pueda estar viviendo.
- Revisar si hay alguna actividad específica o práctica para este tema, explicar las indicaciones con antelación, y preparar el espacio y los recursos necesarios para aplicarla con éxito.

Tema 14 Plan de alimentación y actividad física

En este tema se abordarán los elementos de la actividad física y ejercicio, las recomendaciones generales de su práctica, y sus beneficios para la mujer adulta; además de las indicaciones básicas sobre la alimentación.

Notas para la enseñanza del tema:

- Revisar el tema previamente y preparar ejemplos de casos clínicos, según la experiencia del evaluador, para compartir contextos reales con los aprendedores.

- Promover que los aprendedores estudien la información proporcionada en el tema previo a la sesión.
- Confirmar que las ligas de los recursos de apoyo sigan vigentes en el tema.
- Invitar al análisis y discusión de los subtemas con los aprendedores.
- Exponer opciones de combinación de plan dietético con ejercicio para objetivos saludables en la mujer adulta.
- Revisar si hay alguna actividad específica o práctica para este tema, explicar las indicaciones con antelación, y preparar el espacio y los recursos necesarios para aplicarla con éxito.

Tema 15 Apoyo de las redes sociales en la intervención nutricional de este grupo de edad

En este tema se abordará el papel de las redes de apoyo, actividades grupales y las redes digitales en el desarrollo de hábitos positivos y negativos para la salud de la mujer.

Notas para la enseñanza del tema:

- Revisar el tema previamente y preparar ejemplos de casos clínicos, según la experiencia del evaluador, para compartir contextos reales con los aprendedores.
- Promover que los aprendedores estudien la información proporcionada en el tema previo a la sesión.
- Confirmar que las ligas de los recursos de apoyo sigan vigentes en el tema.
- Invitar al análisis y discusión de los subtemas con los aprendedores.
- Exponer algunos grupos de apoyo y las actividades que pueden promover a favor de la salud de las mujeres.
- Revisar si hay alguna actividad específica o práctica para este tema, explicar las indicaciones con antelación, y preparar el espacio y los recursos necesarios para aplicarla con éxito.



Evidencia

La evidencia consiste en integrar un grupo de mujeres adultas en distintas etapas, para evaluar sus perfiles clínicos en búsqueda de variedad de necesidades y crear un programa que proporcione las herramientas útiles a través de distintas actividades, para mejorar su estilo de vida.

Avance de Evidencia 1

1. Evaluar la capacidad de integrar un grupo de mujeres adultas con al menos dos mujeres de 25-34 años, dos mujeres de 35 a 44 años y tres mujeres de arriba de 45 años; puede haber más pero no menos de cada grupo de edad.
2. En caso de tener problema para buscar un centro de salud o institución que permita la intervención, puede formarse el grupo con personas conocidas que estén de acuerdo en reunirse presencialmente una vez al mes; buscar un centro de salud donde elaboren talleres a favor de la mujer, considerar los grupos religiosos donde participan mujeres y hacer una convocatoria, o alguna institución laboral ajena a la salud que permita la aplicación del proyecto entre sus colaboradoras.
4. Solicitar que realicen una evaluación previa para determinar necesidades del grupo, y crear una justificación clara y atractiva para las participantes del programa durante todo el semestre.
5. Revisar que tomen evidencia fotográfica y evaluar que el documento tenga los elementos completos.

Avance de Evidencia 2

1. Solicitar a los aprendedores que comuniquen con antelación a sus participantes sobre una segunda reunión en el programa, de preferencia será presencial.

Revisar que realicen una carta descriptiva de las actividades que manejarán el resto del programa (se irá llenando en cada módulo con las actividades asignadas para cada entrega de evidencia) en el siguiente formato:

Duración	Tema	Objetivo	Actividad	Técnica de instrucción	Recursos

2. Nuevamente se solicitan fotografías de evidencia y el formato digital de su folleto.
3. Confirmar que el grupo de mujeres adultas esté completo con al menos dos mujeres de 25-34 años, dos mujeres de 35 a 44 años y tres mujeres de arriba de 45 años; puede haber más pero no menos de cada grupo de edad.
4. Examinar el abordaje de los puntos clave sobre salud mental, prevención e identificación temprana de trastornos de la conducta alimentaria, factores de riesgo nutricional y principales estudios bioquímicos que sirven en el monitoreo de su salud (temas que abarcan el segundo módulo). Además de la elaboración de material educativo para impartir una plática completa, clara y concisa.
5. Verificar la utilidad de los folletos con información y estrategias de prevención y mejora de la salud. Deberán agregar recomendaciones específicas sobre hábitos, por ejemplo, en lugar de "Realizar 150 minutos semanales de ejercicio", una mejor opción es "Realizar 30 minutos diarios de actividad física leve a moderada como caminar a paso acelerado, correr o andar en bicicleta", considerando que muchas personas no tienen conocimientos de salud o nutrición.
6. Deberán incluir imágenes llamativas y alusivas a la información, además de las referencias en formato APA.

Evidencia 3 (entrega final)

1. Anticipar con antelación a los aprendedores sobre la notificación de una tercera reunión entre sus participantes del programa.
2. Confirmar que actualicen el documento con:
 - Carta descriptiva de las actividades, agregando el taller que se implementará, en el siguiente formato:

Duración	Tema	Objetivo	Actividad	Técnica de instrucción	Recursos

3. Recordarles que deberán tomar evidencia fotográfica y anexarla al documento.
4. Revisar que se reúna al grupo con al menos dos mujeres de 25-34 años, dos mujeres de 35 a 44 años y tres mujeres de arriba de 45 años para la implementación del taller.
5. Examina que el taller a implementar incluya actividades o contenidos para cada uno de esos temas, y considera que, siendo mujeres adultas, las dinámicas sean atractivas para su aprendizaje y adopción de un estilo de vida más sano.
6. Incluye imágenes llamativas y alusivas a las dinámicas (solo si aplican), además de las referencias en formato APA.
7. Asegura que la encuesta de satisfacción se aplique entre las participantes y se reporten los resultados.
8. Verifica que en la conclusión reporte algún tipo de aprendizaje positivo en la aplicación del programa.

Entrega final

Confirmar que los aprendedores presenten un aprendizaje real sobre la variedad de estrategias de educación nutricional entre las mujeres adultas para la adaptación y mejora de estilos de vida saludables. Además, revisar que el documento de la evidencia con las primeras dos fases y la entrega final, tengan las correcciones mencionadas en la retroalimentación.

