



Centro Universitario Gálvez (UNL)

Circuito | CUG-UNL

Tipo de actividad

Talleres integrados de instancias teórico-demostrativas con interacción con el público. Duración 90' aprox.

Nombre del circuito

El ciclo de la vida: tu futuro empieza hoy, la enfermería y la ciencia de los alimentos te cuentan cómo

Descripción del circuito

¿Sabías que muchas enfermedades pueden prevenirse desde edades tempranas? Las Ciencias de la Salud y los Alimentos tienen mucho para enseñarnos sobre cómo cuidar el cuerpo, la mente... ¡y también el metabolismo!

En este circuito de cuatro actividades se descubrirá cómo la Enfermería y la Ciencia de los Alimentos trabajan juntas para acompañar cada etapa del ciclo de la vida, promoviendo el bienestar físico, emocional, mental y metabólico.

Primero, se va a conocer de cerca cómo se forman los profesionales de Enfermería. Se van a recorrer los simuladores de laboratorio de la carrera, donde un tutor va a mostrar cómo se entrena un futuro enfermero o enfermera para cuidar al paciente desde que nacen hasta la vejez. Se va a ver que su rol no es solo técnico, sino también científico y humano. En este recorrido, van a surgir preguntas que van a encontrar respuestas en las siguientes actividades.

Después, se ingresará a una charla donde van a conocer pistas de cómo pueden desde edad temprana cuidar su salud. Se presentará la forma en cómo se comunican el cerebro y el intestino y cómo esta relación influye en su salud emocional, cognitiva y metabólica. También van a descubrir qué factores de la dieta pueden potenciar o alterar esa conexión. Finalmente, participarán de actividades en el laboratorio del Centro Universitario Gálvez para identificar algunos componentes de los alimentos que favorecen el buen funcionamiento del cerebro y del metabolismo.

Cerrando el ciclo de la vida, compartirán una experiencia teórico-práctica de reanimación cardiopulmonar (RCP). Esta actividad enseña cómo se actúa ante una emergencia y ayuda a dimensionar por qué es importante prepararse, ya que su intervención puede marcar la diferencia.

Al finalizar el recorrido, se propone una actividad sorpresa que pone a prueba lo observado, aprendido y compartido durante el taller, de forma dinámica y divertida. La consigna se presenta sin aviso previo, para generar sorpresa y entusiasmo.

Objetivos

- » Desarrollar competencias en técnicas específicas de enfermería, así como en el proceso de atención integral en enfermería, aplicando conocimientos sobre docencia e investigación y abordando los cuidados según el ciclo vital humano.



- » Analizar la comunicación bidireccional del eje intestino-cerebro, explorando los factores dietarios que impactan la función cerebral, la salud emocional y cognitiva, así como la importancia de los alimentos funcionales y los hábitos saludables en la prevención de enfermedades crónicas desde etapas tempranas de la vida.
- » Aplicar los conceptos básicos de emergencia y urgencia, incluyendo la técnica de reanimación cardiopulmonar (RCP) en adultos, niños y lactantes, destacando la importancia de la cadena de supervivencia y el rol fundamental del primer respondiente.
- » Fomentar la integración disciplinaria a través de dinámicas activas que permitan la recuperación y aplicación de conceptos clave en las áreas de salud, nutrición y emergencia, promoviendo el aprendizaje colaborativo y práctico.

Contenidos disciplinares

Actividad 1: Ciencias de la Salud - Enfermería - Técnicas específicas de competencia de enfermería, proceso de atención de enfermería, docencia e investigación - Ciclo vital humano.

Actividad 2: Ciencia de los Alimentos y Nutrición - Comunicación bidireccional eje intestino-cerebro- Factores dietarios que impactan en la función cerebral y la salud emocional - Nutrientes y componentes bioactivos con efectos en la salud cognitiva y metabólica - Alimentos funcionales y promotores de bienestar integral. Prevención de enfermedades crónicas desde edades tempranas - Autocuidado, hábitos saludables y toma de decisiones informadas.

Actividad 3: Conceptos básicos de emergencia y urgencia-Reanimación cardiopulmonar (RCP) básica en adultos, niños y lactantes-Cadena de supervivencia y rol del primer respondiente.

Actividad 4: Integración disciplinar - Recuperación de conceptos mediante dinámicas activas.

Dinámica

Introducción y bienvenida

Breve presentación del taller y sus objetivos. Se plantea una pregunta disparadora para motivar la reflexión: ¿Sabías que muchas enfermedades se pueden prevenir desde chicos y que la enfermería y la alimentación juegan un rol clave?

Actividad 1: La Enfermería en acción: los simuladores

Recorrido por los simuladores de Enfermería, un tutor de la carrera explica de manera interactiva los simuladores, mostrando las competencias técnicas y científicas que se entrenan. Los participantes pueden hacer preguntas y, si es posible, probar algunos simuladores o participar con pequeños roles. En cada etapa del recorrido se formularán preguntas disparadoras introductorias sobre hábitos alimentarios de los participantes y hábitos saludables, que van a introducir a los participantes a las siguientes actividades.

Objetivos específicos de la Actividad 1:

- Mostrar competencias específicas de enfermería en cada etapa de la vida.
- Fomentar la importancia del acompañamiento profesional y académico en diferentes momentos de la vida de una persona.



Actividad 2: ¿Qué tiene que ver la comida con tu cerebro?

Charla sobre el eje cerebro-intestino y alimentación.

Explicación sencilla y visual sobre cómo el cerebro y el intestino se comunican, por qué eso es clave para la salud física y mental, y qué alimentos influyen positivamente.

Se complementa con una demostración de laboratorio con experiencias simples relacionadas con factores dietarios que favorecen la salud cerebral y metabólica. Por ejemplo, análisis de rótulos, identificación de nutrientes en alimentos, y demostraciones prácticas con alimentos funcionales.

Objetivos específicos de la Actividad 2:

- i) Divulgar conocimientos recientes sobre la relación bidireccional entre el cerebro y el intestino.
- ii) Fomentar hábitos alimenticios saludables que promuevan la salud y el cuidado de la función cerebral y prevención de enfermedades.
- iii) Visualizar a través de experiencias en el laboratorio su importancia.

Actividad 3: La Enfermería en acción: del simulador a la emergencia

Charla teórico-práctica de RCP.

Demostración y práctica guiada de reanimación cardiopulmonar enfatizando la importancia de la intervención temprana en emergencias.

Objetivos específicos de la Actividad 3:

- i) Reconocer la importancia de una intervención temprana ante un paro cardiorrespiratorio.
- ii) Identificar los pasos básicos de la cadena de supervivencia.
- iii) Reconocer la importancia de capacitarse para actuar en emergencia.

Actividad 4: ¡Ahora es su turno!

Cierre y espacio para preguntas.

Recapitulación de los aprendizajes principales y espacio para dudas o comentarios. Se refuerza el mensaje de la prevención y el cuidado integral de la salud, donde los alumnos van a completar un puzzle, desde un QR, con los conceptos ejes que les habilitará a la descarga de un certificado.

Objetivos específicos de la Actividad 4:

- i) Integrar de manera activa y participativa los contenidos abordados durante el taller.
- ii) Estimular la reflexión y promover el reconocimiento del propio rol en el cuidado de la salud individual.