

# CONGRESO IBEROAMERICANO DE NUTRICIÓN

## ¿Nutrición basada en la videncia o en la evidencia?



ACADEMIA  
ESPAÑOLA DE  
NUTRICIÓN  
Y DIETÉTICA



[www.renhyd.org](http://www.renhyd.org)



4 de JULIO de 2019

## Mesa de Evidencias: Herramientas para Dietistas-Nutricionistas

PONENCIA 3



### Coaching en salud, una competencia genérica para el ejercicio profesional

Jhon Jairo Bejarano Roncancio<sup>1,\*</sup>

<sup>1</sup>Departamento Nutrición Humana, Facultad de Medicina,  
Universidad Nacional de Colombia, Bogotá, Colombia.

\*[jairobejarano@gmail.com](mailto:jairobejarano@gmail.com)

Desde hace unas décadas el profesional Nutricionista enfrenta dinámicas sociales y comerciales que lesionan los objetivos del proceso de cuidado y bienestar humano de individuos y colectividades por el intrusismo, favorecidas por la internet y sus redes sociales; por ello poco a poco el Nutricionista ha tratado de fortalecer herramientas de comunicación como las técnicas del *coaching*, especialmente en salud; el objetivo del *coaching* es conseguir cambios más efectivos en la aplicación de hábitos saludables, en la adherencia a los tratamientos en las enfermedades crónicas, y un mayor control de los factores de riesgo (1). El *coaching* consiste en "liberar el potencial de una persona para incrementar al máximo su desempeño. Consiste en ayudarle a aprender en lugar de enseñarle". Esta es una nueva forma de entender el concepto de aprendizaje como "desarrollo de estrategias que favorecen el crecimiento personal y profesional de quienes se esfuerzan por conseguir proactivamen-

te el éxito" (2); aquí conviene observar y discutir la correlación del aprender a aprender o el ser estratégico para aprender como una actividad imprescindible en la cultura actual. Lo anterior, en vista de que es necesario procesar y enfrentarse a una gran cantidad de información y ahora a la globalización del conocimiento (3). Diferentes estudios muestran que estas técnicas pueden mejorar la calidad de vida relacionada con la salud, frente a las utilizadas tradicionalmente en salud (4) ayudando a los pacientes a descubrir sus propias fortalezas, desafíos y soluciones, alcanzando sus objetivos de salud (5,6), lo cual impacta positivamente las estrategias de atención y recuperación de personas, así mismo una adherencia a su tratamiento. Entonces, para introducir el *coaching* dentro del ejercicio profesional y en especial dentro del currículo en educación superior, es necesario estudiarlo como competencia dentro de la formación educativa en pregrado. La competencia se define

como “el conjunto de comportamientos socioafectivos y habilidades cognitivas, psicológicas, sensoriales y motoras que permiten llevar a cabo adecuadamente un desempeño, una función, una actividad o una tarea” (7). De ahí que una competencia genérica como el *coaching*, que se podría llamar, en español, asesoramiento o entrenamiento en salud dirigido a pacientes o personas sanas, debería ser transversal a todas las asignaturas de un programa académico, permitiendo a los profesionales orientar para descubrir su propio camino hacia el cambio de comportamiento al proporcionar educación, apoyo y un sentido de autoeficacia en lugar de un asesoramiento específico (8). Este desarrollo de competencias genéricas puede realizarse de tres maneras: incorporándolas al propio currículum de las asignaturas; trabajarlas como asignaturas optativas centradas en esas competencias y desarrollarlas en acciones formativas paralelas al currículum (9). Sin embargo sigue siendo un paradigma educativo y es necesario una reformulación crítica desde las universidades, en especial con programas académicos en salud, frente a las metodologías didácticas que fortalecerían las habilidades blandas que requiere el profesional de este siglo.

## conflicto de intereses

El autor expresa que no existen conflictos de interés al redactar el manuscrito.

## referencias

- (1) Bonal Ruiz R, Almenares Camps HB, Marzán Delis M. Coaching de salud: un nuevo enfoque en el empoderamiento del paciente con enfermedades crónicas no transmisibles. *MEDISAN*. 2012; 16(5): 773-85.
- (2) Bécart A, Ramírez Garrido JD. Fundamentos del coaching educativo. Caracterización, aplicaciones y beneficios desde los cuatro pilares del saber. *Plumilla educativa*. 2016; 18: 344-61
- (3) Bejarano J, Becerra F, Escobar D. Las prácticas de enseñanza del profesor universitario, una herramienta efectiva para el éxito pedagógico. *Rev. Fac. Med*. 2013; 61(3): 315-20.
- (4) Cole S, Zbikowski SM, Renda A, Wallace A, Dobbins JM, Bogard M. Examining Changes in Healthy Days After Health Coaching. *Am J Health Promot*. 2018; 29.
- (5) Djuric Z, Segar M, Orizondo C, Mann J, Faison M, Peddireddy N, Paletta M, Locke A. Delivery of Health Coaching by Medical Assistants in Primary Care. *J Am Board Fam Med*. 2017; 30(3): 362-70.
- (6) Ovbiosa-Akinbosoye OE, Long DA. Wellness program satisfaction, sustained coaching participation, and achievement of health goals. *J Occup Environ Med*. 2012 May; 54(5): 592-7.
- (7) Unesco. Documento de política para el cambio y el desarrollo en la educación superior. París. 1995.
- (8) Olsen JM, Nesbitt BJ. Health coaching to improve healthy lifestyle behaviors: an integrative review. *Am J Health Promot*. 2010; 25: e1-12.
- (9) Villardón-Gallego L. Competencias genéricas en educación superior. Metodologías específicas para su desarrollo. Madrid, Narcea Ediciones. 1995. 190 pp.

CONGRESO  
IBEROAMERICANO  
DE NUTRICIÓN

3-5 Julio  
Pamplona  
2019