

## Estudiantes de Nutrición al servicio de las personas mayores. Una experiencia real utilizando metodología A+S

### Resumen

Estudiantes de Nutrición y Dietética de 3° año, trabajaron con personas mayores vinculadas a 5 organizaciones de la Región Metropolitana: (ONG (2), Juntas de Vecinos (2) y Centros Diurnos del Adulto Mayor (CEDIAM) (1) con el objetivo de construir y/o reactivar huertos sustentables durante los meses de mayo-junio 2023. El trabajo se desarrolló en el contexto de una práctica curricular de la asignatura Alimentación Comunitaria Sustentable, utilizando metodología aprendizaje + servicio (A+S).

Como resultado, en cada organización se inició la creación de huertos activos que permitieron generar un lugar de aprendizaje y socialización.

La implementación de esta experiencia requiere un mayor esfuerzo de los docentes en cuanto a planificación, pero los beneficios para los estudiantes son significativos. Al participar en actividades que les permiten conocer realidades diferentes a las suyas, brinda la oportunidad de ampliar su perspectiva y desarrollar empatía. Se espera que este impacto contribuya a la formación de ciudadanos más conscientes y comprometidos con la sociedad.

**Palabras clave:** huertos, personas mayores, sostenibilidad, A+S.

### Abstract

The Chilean population has been aging in recent years due to changes in mortality and fertility figures, which have increased the elderly population. Projections indicate that in 2050 a third of Chileans will be 60 years old or older.

Considering the greater life expectancy and the constant search to prolong healthy years, alternatives arise such as community gardens that constitute an educational space that brings benefits to the physical, psychological, and social health of the elderly.

3rd year Nutrition and Dietetics students worked with older people linked to 5 organizations in the Metropolitan Region: (NPO (2), Neighborhood Councils (2) and Day Centers for the Elderly (CEDIAM) (1) with the objective to build and/or

**Mag. Fernanda Mellado Peña**

Facultad de Ciencias de la Salud  
Universidad Autónoma de Chile  
Santiago, Chile  
fernanda.mellado@uautonoma.cl

**Mag. Natalia Rossi Núñez**

Facultad de Ciencias de la Salud  
Universidad Autónoma de Chile  
Santiago, Chile  
natalia.rossi@uautonoma.cl

reactivate sustainable gardens during the months of May-June 2023. The work was developed in the context of a curricular practice of the Sustainable Community Food subject, using learning service (A+S) methodology.

As a result, in each organization the creation of active gardens began, which allowed the creation of a place for learning and socialization.

The implementation of this experience requires a greater effort from teachers in terms of planning, but the benefits for students are significant. By participating in activities that allow them to learn about realities different from their own, it provides the opportunity to broaden their perspective and develop empathy. It is expected that this impact will contribute to the formation of citizens who are more aware and committed to society..

**Keywords:** sustainable gardens, older people, sustainability, learning service.

## **Introducción y antecedentes**

Chile afronta un envejecimiento acelerado de su población (Albala, 2020). De acuerdo con las proyecciones, para el 2050 se espera que un tercio de los chilenos tenga 60 años o más (INE (Instituto Nacional de Estadística), 2022). Considerando este escenario, surgen alternativas como los huertos urbanos, los cuales, según Soga et al., (2017), constituyen una herramienta que busca prolongar la salud física, psicológica y social de las personas mayores.

Los huertos son herramientas que actúan reduciendo el estrés, mejorando el estado de ánimo y promoviendo una mayor autoestima. Acciones como estas, fomentan el desarrollo sostenible ambiental ya que utilizan prácticas agrícolas sostenibles, como la conservación del agua, protección de la biodiversidad y preservan los recursos naturales. También, favorecen el desarrollo sostenible social ya que fomentan la participación comunitaria y fortalecen los lazos sociales, promoviendo el sentido de pertenencia y creando un espacio de interacción social y apoyo mutuo. Los huertos a su vez favorecen el desarrollo sostenible económico, ya que proporcionan alimentos frescos y saludables a bajo costo (Esteban-Ibáñez & Amador-Muñoz, 2020; Rivas & Ruiz, 2023).

Considerando estas circunstancias, estudiantes de la carrera de Nutrición y Dietética, decidieron enfrentar esta problemática. En el contexto de la asignatura Alimentación Comunitaria Sustentable (ACS), trabajaron durante su práctica curricular en reactivar huertos sustentables en organizaciones comunitarias que trabajan con adultos mayores, buscando generar un espacio de aprendizaje, que permitiera mantener activas a las personas mayores.

## **Descripción de la experiencia**

### *Contextualización*

La asignatura ACS corresponde al nivel 5 (ciclo intermedio) de formación de la carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad Autónoma de Chile. Dentro de esta asignatura, se trabaja bajo la metodología de Aprendizaje + Servicio (A+S), la cual aporta en la formación de profesionales socialmente responsables, respondiendo a los lineamientos de la institución que emanan del modelo educativo (Universidad Autónoma de Chile, 2018).

Como parte de la asignatura, los estudiantes trabajan en equipos en un proyecto a micro nivel, ejecutado en 12 horas de práctica curricular contempladas en el primer semestre 2023.

En esta experiencia de aprendizaje, existe un trabajo conjunto de estudiantes, docentes y socios comunitarios, que trabajan de manera articulada para satisfacer la necesidad que presenta la comunidad (Pizarro & Hasbún, 2019).

### *Vinculación con el currículo educativo en Educación Superior*

La intervención de los estudiantes se alinea con la competencia genérica de responsabilidad social declarada en el programa de asignatura, ya que aprenden sobre huertos comunitarios y desarrollan un sentido de compromiso hacia la comunidad y su entorno.

Por otro lado, la actividad se ajusta al resultado de aprendizaje de la unidad número 3 declarada en el programa. En esta unidad, se espera que los estudiantes ejecuten estrategias de prevención y promoción de la salud, para abordar ciertas problemáticas relacionadas con nutrición tanto en individuos como en la comunidad.

La experiencia de aprendizaje permitió a los estudiantes en un contexto real aplicar los conocimientos adquiridos en el aula, evaluando el desarrollo de sus acciones y contribuyendo a su progreso como futuro profesional.

### *Procedimiento metodológico de la experiencia*

La intervención se realizó en colaboración con organizaciones que trabajan con personas mayores en la Región Metropolitana. Dentro de estas organizaciones podemos mencionar: ONGs, Juntas de Vecinos y CEDIAM. Los beneficiarios fueron personas mayores de nivel socioeconómico bajo, algunos con dificultades de movilidad, lo que desafió a los estudiantes a adaptar las actividades.

Los estudiantes recibieron contenidos teóricos sobre intervenciones comunitarias de acuerdo con lo planteado en el programa de asignatura.

Posteriormente, se dividieron en grupos de 5 estudiantes y se asignaron a organizaciones comunitarias, con las cuales trabajaron en terreno durante 5 salidas curriculares acompañados de un tutor/a de profesión nutricionista.

Cada equipo diseñó y ejecutó una intervención según los resultados obtenidos en un diagnóstico participativo desarrollado en la primera sesión de práctica en terreno. El diagnóstico participativo se realizó con encuestas y/o grupos focales elaborados por cada equipo de estudiantes y ejecutado en la primera sesión de práctica. Luego de su aplicación, se identificó un desconocimiento sobre manejo de huertos en interrogantes como: ¿Qué necesitamos para formar un huerto?, ¿Qué podemos plantar dependiendo de la estación del año? Etc. y se determinó en conjunto el desarrollo de talleres educativos prácticos (mantención y cuidados de un huerto, proceso de germinación y beneficios de algunos cultivos) y la construcción y/o reactivación de un huerto (vertical u horizontal) acorde al espacio disponible. Para esto último, cada equipo trabajó desarrollando actividades de: selección de tipos de cultivos, acondicionamiento del lugar, enriquecimiento de la tierra, sembrado, germinación y/o trasplante acorde a cada huerto.

### *Desarrollo de la experiencia de aprendizaje*

Dentro del marco metodológico A+S existen una serie de hitos a cumplir en el transcurso de la asignatura, dentro de ellos la reflexión.

La reflexión es un proceso fundamental que debe ser intencionado y planificado. Durante el semestre se consideraron 3 instancias de reflexión definidas previamente en Syllabus, las que se detallan en la tabla 1.

**Tabla 1.** Fechas y ocasiones en las que se realizaron las reflexiones dentro de la asignatura.

<b>Instancias</b>	<b>Periodo de intervención donde se realiza</b>	<b>Semanas del calendario académico</b>
1° reflexión	Previo a la presentación del socio comunitario	Semana 8-9
2° reflexión	Durante intervención	Semana 12
3° reflexión	Posterior a la intervención	Semana 16

Elaborado a partir de Manual Metodología Modelo Aprendizaje + Servicio, Universidad Autónoma de Chile, 2018.

Se utilizó la plataforma Canvas, mediante la cual cada grupo debía generar su reflexión respectiva respondiendo las preguntas que se detallan en tabla 2.

**Tabla 2.** Interrogantes abordadas por los y las estudiantes en sus reflexiones

<b>Instancia de reflexión</b>	<b>de</b>	<b>Interrogantes abordadas</b>
<b>1° instancia de reflexión</b>	<b>de</b>	¿Qué conocemos del socio comunitario? ¿Cuál es el problema que presentan? ¿Cuáles crees que son las posibles soluciones al problema? (Problema que está definido o de lo contrario al que consideren que podrían presentar).
<b>2° instancia de reflexión</b>	<b>de</b>	¿Quién es mi socio comunitario? ¿Es pertinente la solución pensada antes del encuentro con el socio comunitario? Si no es pertinente, ¿Cuál sería la solución adecuada? ¿por qué?
<b>3° instancia de reflexión</b>	<b>de</b>	Expectativas iniciales v/s servicio entregado a la comunidad Impacto de la actividad en mi futuro profesional como Nutricionista

Elaboración propia, 2024 en base a presentación “Diseño de actividades A+S en Syllabus 2022”. Coordinación Aprendizaje + Servicio, Universidad Autónoma de Chile.

En la intervención, un tutor/a de profesión nutricionista evaluó a los estudiantes en terreno, según el desarrollo de las actividades considerando también un componente actitudinal en la evaluación.

Dentro del proceso evaluativo del proyecto, se consideró la evaluación de un ABPRO (Aprendizaje basado en Proyectos) y una presentación oral, evaluada mediante una rúbrica con la distribución sugerida por la metodología A+S de la Universidad Autónoma de Chile, la cual está compuesta por 4 categorías planteadas en la figura 1 (Universidad Autónoma de Chile, 2018).

**Figura 1.** Evaluación utilizando metodología A+S Universidad Autónoma de Chile



Elaborado a partir de Manual Metodología Modelo Aprendizaje + Servicio, Universidad Autónoma de Chile, 2018.

En relación con el servicio entregado (30%), se consideró dentro de los ítems si el servicio fue de calidad, si contribuyó a satisfacer la necesidad detectada y a la aplicación práctica del aprendizaje establecido en el programa (20%). Además, se evaluaron los materiales utilizados, si estos fueron suficientes para los usuarios, pertinentes para el logro de los objetivos planteados y de calidad en cuanto a su elaboración (10%).

Dentro del apartado de reflexión (10%), se consideraron las reflexiones que los alumnos completaron a través del Foro de discusión de la plataforma Canvas y durante la presentación, la generación de una reflexión a partir del rol del Nutricionista comunitario que incluía una síntesis de los hallazgos obtenidos, los aprendizajes logrados en términos de fortalezas y debilidades, así como también las proyecciones para futuras implementaciones estableciendo prioridades para su desarrollo profesional futuro.

Para concluir con la intervención, se evaluó la satisfacción de los beneficiarios con el servicio entregado y la metodología A+S. Se aplicaron encuestas a estudiantes y docentes, socios comunitarios y beneficiarios, difundidas por correo electrónico y en terreno.

## Resultados

Al finalizar la intervención se obtuvo como resultado principal la construcción y/o reactivación de un huerto sustentable en cada organización (vertical u horizontal dependiendo del espacio disponible), por lo que se dio cumplimiento en un 100% al objetivo propuesto.

En las 5 salidas curriculares en terreno, una sesión se dedicó al diagnóstico participativo y las sesiones posteriores al desarrollo del servicio (talleres educativos y construcción de huerto). La última sesión fue de cierre considerando el huerto construido y/o reactivado en cada organización.

Las reflexiones de los estudiantes les permitieron expresar de manera escrita y oral como el proyecto de intervención mejoró sus habilidades de comunicación, el trabajo en equipo y logró fortalecer la responsabilidad social.

Desde la visión de los estudiantes, la experiencia permitió una participación real con la comunidad, donde ellos destacaron: *“Esta actividad nos ayuda mucho como futuros profesionales ya que podemos desarrollar habilidades sociales con las personas con las cuales estamos trabajando, y así lograr desarrollar empatía, buena comunicación, escucha activa, entre otras”*.

Los estudiantes expresaron su agradecimiento por la experiencia, ya que les permitió relacionarse con un grupo de la comunidad.

Desde el punto de vista docente, A+S nos entregó la posibilidad de vincular los conocimientos de la asignatura con las necesidades de la comunidad, lo cual favoreció el aprendizaje por competencias genéricas definidas en el modelo educativo de la Universidad. Además, les entregó la posibilidad de conocer otras realidades muchas veces desconocidas, lo cual es beneficioso desde el punto de vista valórico (Vivero et al., 2020).

## Discusión y conclusiones

Los estudiantes se vincularon adecuadamente con el grupo comunitario y, desde el punto de vista valórico, significó un importante aporte, según lo planteado por ellos mismos en las reflexiones.

Como docentes, el desarrollo de la asignatura durante el 2023 tuvo importantes desafíos, para ajustar la planificación del semestre a la metodología A+S y procurar un buen aprendizaje de parte de los estudiantes.

Considerando la diversidad de intervenciones y realidades locales de cada centro de práctica, no fue posible consolidar el diagnóstico mediante un instrumento que permitiera plasmar lo realizado en terreno al inicio de la intervención.

Como puntos críticos y desafíos para los años siguientes en la asignatura podemos mencionar: el fortalecimiento del planteamiento de indicadores de proceso, que permita a los estudiantes realizar un mejor seguimiento y evaluación durante el desarrollo del proyecto. Además, generar la posibilidad de que los estudiantes puedan realizar sus actividades en terreno durante una mayor cantidad de tiempo, lo cual permitirá ejecutar un trabajo más extenso.

Esperamos para los siguientes semestres, continuar trabajando con los socios comunitarios, con los cuales se trabajó durante el primer semestre 2023. Así, poder evaluar a largo plazo las intervenciones generadas y fortalecer las relaciones de apoyo y generar un vínculo mayor que permita prolongar el trabajo articulado.

### **Agradecimientos**

Agradecemos la participación de las organizaciones, las cuales permitieron el desarrollo de las actividades en sus dependencias y estuvieron disponibles para las intervenciones, posibilitando el trabajo conjunto.

Asimismo, hay que destacar el trabajo realizado por el equipo de gestión de la carrera, quienes procuraron los centros de práctica para cada grupo de estudiantes, velando por el correcto aprendizaje de los alumnos/as durante el semestre. Además, el apoyo constante del coordinador de A+S de la Universidad en Sede Santiago, permitió un trabajo adecuado en la implementación de la metodología en la asignatura.

Finalmente, agradecer el compromiso de los estudiantes por entregar un servicio de calidad, que permitió concluir las actividades con éxito.

### **Referencias**

- Albala, C. (2020). El envejecimiento de la población chilena y los desafíos para la salud y el bienestar de las personas mayores. *Revista médica Clínica Las Condes*, 31(1), 7–12. <https://doi.org/10.1016/j.rmcl.2019.12.001>
- Esteban-Ibáñez, M., Amador-Muñoz, V. (2020). El huerto social como estrategia para la educación ambiental. *Revista agricultura, sociedad y desarrollo*, 17(2), 321-347. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7556633>
- Instituto Nacional de Estadísticas (4 de octubre 2023). *Cerca de un tercio de la población de Chile en 2050 estaría compuesta por personas mayores*. <http://bitly.ws/KsrD>
- Pizarro, V. y Hasbún, B. (2019). *Aprendizaje servicio en la educación superior chilena*. Ediciones CEA-FEN Universidad de Chile. <https://doi.org/10.34720/WCC5-5184>



- Rivas Platero, G. y Ruiz Solsol, H. (2023). *Huertos familiares: una estrategia para contribuir a la seguridad alimentaria*. (1<sup>a</sup>. ed.). R. Platero G.G. [https://www.researchgate.net/publication/375277741\\_HUERTOS\\_FAMILIARES\\_UNA ESTRATEGIA PARA CONTRIBUIR A LA SEGURIDAD ALIMENTARIA](https://www.researchgate.net/publication/375277741_HUERTOS_FAMILIARES_UNA ESTRATEGIA PARA CONTRIBUIR A LA SEGURIDAD ALIMENTARIA)
- Soga, M., Cox, D. T., Yamaura, Y., Gaston, K. J., Kurisu, K. & Hanaki, K. (2017). Health benefits of urban allotment gardening: Improved physical and psychological well-being and Social Integration. *International journal of environmental research and public health*, 14(1), 71. <https://doi.org/10.3390/ijerph14010071>
- Universidad Autónoma de Chile (2018). *Manual Metodología Modelo Aprendizaje + Servicio*. Universidad Autónoma de Chile. <https://www.uautonoma.cl/wp-content/uploads/2018/10/MANUAL-METODOLOGIA-AS.pdf>
- Vivero Arriagada, L., Molina Chávez, W. & Standen Silva, D. (2020). Un análisis crítico al modelo aprendizaje servicio: Su implementación en la Universidad Católica de Temuco. *Sophia Austral*, (25), 121-137. <https://dx.doi.org/10.4067/S0719-56052020000100121>