



Resolución de Consejo Directivo **476 / 2026 - SAL -UNSa**

Expte. N° 538 / 2026 - SAL -UNSa - Tener por aprobada la Actividad de Extensión denominada "Alimentación saludable para los adolescentes del Instituto María del Rosario de San Nicolás e Instituto Doctor Bernardo Frías de la Ciudad de Salta"

De: **Salud - Dpto. Posgrado**



Salta,
10/09/2026

VISTO: La propuesta de Actividad de Extensión denominada "**Alimentación saludable para los adolescentes del Instituto María del Rosario de San Nicolás e Instituto Doctor Bernardo Frías de la Ciudad de Salta**", elevada por la Lic. Inés MENDOZA, Vice-Directora del Servicio EL TELÉFONO DE LA SALUD; y

CONSIDERANDO:

Que la actividad tiene como objetivos impartir saberes elementales sobre alimentación saludable en la adolescencia, fomentar prácticas de alimentación saludable aplicadas a la vida diaria y brindar recomendaciones de estilos de vida saludable.

Que está destinada a adolescentes de 3° año del Instituto María del Rosario de San Nicolás y del Instituto Doctor Bernardo Frías, de la Ciudad de Salta.

Que cuenta con informe favorable de la Dirección de Posgrado y de la Secretaría de Posgrado, Investigación y Extensión al Medio.

Que la Comisión de Docencia, Investigación y Disciplina, mediante su Despacho N° 209/26, aconseja aprobar la mencionada actividad.

POR ELLO, y en uso de las atribuciones que le son propias,

EL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

(en Sesión Ordinaria N° 12/26 realizada el 01 de septiembre de 2026)

RESUELVE:

ARTÍCULO 1°.- Tener por aprobada la Actividad de Extensión denominada "**Alimentación saludable para los adolescentes del Instituto María del Rosario de San Nicolás e Instituto Doctor Bernardo Frías de la Ciudad de Salta**", que se desarrolló los días 31 de agosto, 1 y 2 de septiembre del corriente año, de acuerdo con las especificaciones detalladas en el ANEXO I de la presente.

ARTÍCULO 2°. – Publíquese en el Boletín Oficial y comuníquese a: Lic. Inés Mendoza, Servicio EL TELÉFONO DE LA SALUD. Secretaria de Posgrado, Investigación y Extensión al Medio y remítase a la Dirección de Posgrado y Carrera Docente a sus efectos.

HMC.

Esp. Paula Costas Ozamecki
Sec. Posgrado, Investigación y
Extensión al Medio
Fac. de Cs. de la Salud - UNSa



Prof. Nancy Cardozo
Decana
Fac. de Cs. de la Salud - UNSa



Resolución de Consejo Directivo **476 / 2026 - SAL -UNSa**

Expte. N° 538 / 2026 - SAL -UNSa - Tener por aprobada la Actividad de Extensión denominada "Alimentación saludable para los adolescentes del Instituto María del Rosario de San Nicolás e Instituto Doctor Bernardo Frías de la Ciudad de Salta"

De: Salud - Dpto. Posgrado



Salta,
10/09/2026

ANEXO I

SERVICIO DE EXTENSIÓN "EL TELÉFONO DE LA SALUD"

Propuesta de actividad de extensión al medio denominada:

"Alimentación saludable para adolescentes del Instituto María del Rosario de San Nicolás e Instituto Doctor Bernardo Frías de la ciudad de Salta"

Fundamentación

La adolescencia es la fase de la vida que va de la niñez a la edad adulta, desde los 10 hasta los 19 años. Es una etapa especial del desarrollo humano y un momento importante para sentar las bases de la buena salud teniendo en cuenta que los adolescentes también están aprendiendo a ser cada vez más independientes.

La nutrición en la adolescencia es clave para respaldar el rápido crecimiento, el desarrollo muscular y óseo, y los cambios hormonales. En ese sentido el crecimiento físico y mental de la adolescencia requiere una buena base de conocimientos que contribuya a buenos hábitos nutricionales.

Se puede advertir que el cuidado de la salud durante esta etapa, requiere un abordaje integral que considere tanto el bienestar físico, mental, social y espiritual, incluyendo aspectos relacionados con el desarrollo educativo.

Desde las instituciones educativas de niveles secundarios existe gran preocupación e interés por el cuidado de la salud de la población adolescente, por lo que poseen una gran apertura a integrar a profesionales de la salud.

Por lo antes expuesto y reconociendo que la adolescencia es una etapa de grandes oportunidades es que el equipo de profesionales del Servicio El Teléfono de la Salud realizará acciones de educación para la salud en cuanto a temas referidos a la Alimentación Saludable para la población adolescente que cursan el 3° año de los Institutos María del Rosario de San Nicolás y Doctor Bernardo Frías de la ciudad de Salta.

Objetivos:

- Impartir saberes elementales para una alimentación saludable en la etapa de la adolescencia.
- Fomentar prácticas de alimentación saludable aplicadas a la vida diaria de los adolescentes.
- Brindar recomendaciones de estilos de vida saludable.



Resolución de Consejo Directivo **476 / 2026 - SAL -UNSa**

Expte. N° 538 / 2026 - SAL -UNSa - Tener por aprobada la Actividad de Extensión denominada "Alimentación saludable para los adolescentes del Instituto María del Rosario de San Nicolás e Instituto Doctor Bernardo Frías de la Ciudad de Salta"

De: Salud - Dpto. Posgrado



Salta,
10/09/2026

Metodología:

Se realizará una actividad breve de educación y promoción para la salud destinada a estudiantes adolescentes. Se planificaron 3 encuentros educativos.

Cada encuentro educativo consistirá en dos momentos, en el primer momento se mostrará material audiovisual y réplicas de alimentos que servirán como disparador para trabajar las distintas temáticas sobre alimentación saludable. En el segundo momento se desarrollarán los temas explicando de manera clara la importancia de cada uno, para favorecer un buen estado de salud.

Se trabajarán los siguientes temas:

Grupos de alimentos según las Guías Alimentarias para la población Argentina.

Recomendaciones para una alimentación saludable.

Importancia de la alimentación saludable y la actividad física relacionada a la salud.

Luego de la exposición de los temas se realizará la apertura de un espacio de preguntas y consultas para cerrar la actividad con una encuesta sobre la actividad realizada y los temas de interés para ser trabajados en encuentros futuros.

Cronograma

Al inicio se utilizarán presentaciones en videos, Power Point. Posteriormente se trabajará con réplicas de alimentos.

Finalmente se realizará una breve encuesta para evaluar la actividad realizada.

Modalidad: Presencial. Actividad breve. Encuentro educativo.

Destinatarios: alumnos de 3° año de los colegios secundarios Instituto María del Rosario de San Nicolás e Instituto Doctor Bernardo Frías.

Lugar y fecha:

-Instituto María del Rosario de San Nicolás. Cito en calle Juan B. Alberdi 767.

Lunes 31 de agosto de 11:00 a 12:20 h - División 3.° B

Martes 1 de septiembre de 9:30 a 10:50 h - División 3.° A y C

-Instituto Doctor Bernardo Frías. Cito en calle 20 de febrero 470.



Resolución de Consejo Directivo 476 / 2026 - SAL -UNSa

Expte. N° 538 / 2026 - SAL -UNSa - Tener por aprobada la Actividad de Extensión denominada "Alimentación saludable para los adolescentes del Instituto María del Rosario de San Nicolás e Instituto Doctor Bernardo Frías de la Ciudad de Salta"

De: Salud - Dpto. Posgrado



Salta,
10/09/2026

Miércoles 2 de septiembre de 9:00 a 10:20 h - División 3.º A y B

Duración: 1 hora y 20 minutos cada encuentro.

Carga horaria total de la actividad: 4 horas.

Sin evaluación y si arancel

Equipo de trabajo a los cuales se le debe emitir certificación:

Certificación: para los organizadores

Organizadores: docentes del Servicio El Teléfono de la Salud

- Patricia Zelaya DNI: 16753428. Correo: patzelaya321@gmail.com
- Lic. Inés Mendoza DNI: 25078566. Correo: inesmendoza.nutricion@gmail.com
- Pablo Ríos DNI: 34328220 correo: riospabloalejandro@gmail.com
- Romina Ojeda DNI: 37087946 correo: romiojeda2707@gmail.com

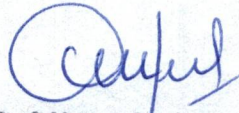
Bibliografía:

- Ángel Gil (2017). Tratado de Nutrición IV. Nutrición Humana en el Estado de Salud. Editorial Médica Panamericana. 3º edición. Año 2017.
- Grande M. y M. Román (2021). Nutrición en la Primera Etapa del Ciclo Vital. Editorial Brujas. Argentina.
- Laura Beatriz López y Marta María Suarez (2021). Fundamentos de Nutrición Normal. El Ateneo. 3º edición. En español.
- Organización Mundial de la Salud (2026). Disponible en https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1

HMC.

Esp. Paula Costas Czarnecki
Sec. Posgrado, Investigación y
Extensión al Medio
Fac. de Cs. de la Salud - UNSa




Prof. Nancy Cardozo
Decana
Fac. de Cs. de la Salud - UNSa