

Promoción de la Conciencia de una Buena Alimentación y Mentalidad Deportiva

El presente Estándar de Competencia describe el conjunto de conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes con las que debe contar una persona para ser competente para promover la detección, prevención y en su caso, control del sobrepeso, desde un punto de vista multifactorial (médico, psicológico, nutricional y social). Asimismo, será competente para una cultura del acondicionamiento físico (poner en movimiento el organismo y estimular el adecuado funcionamiento de todos los órganos, tejidos y metabolismo en general, con el fortalecimiento de los sistemas cardiovascular y musculo-esquelético), como elemento esencial para la prevención del sobrepeso y la preservación de la salud, proporcionando información, asesoría y asistencia personalizada.

El presente Estándar de Competencia de Marca (ECM) está dirigido a auxiliares y técnicos en educación, instructores, capacitadores y población en general y servirá como referente para evaluar y certificar la competencia laboral de las personas en las actividades descritas en el párrafo anterior y puede ser la guía en el desarrollo de programas de capacitación y de formación basados en Estándares de Competencia (EC).

El objetivo primordial del presente Estándar de Competencia es establecer los principios que permitan detectar actitudes y conductas (ansiedad, depresión, adicciones y trastornos de la conducta alimentaria) como factores que pueden influir en el sobrepeso; unificar criterios y dar congruencia a la capacitación en materia de detección, prevención y control del mismo, así como en la promoción de hábitos de alimentación saludables y la realización de acondicionamiento físico, siguiendo las indicaciones y apoyo de los profesionales de la salud, con la finalidad de ofrecer a la población en general, y a los niños y adolescentes en particular, los elementos y conocimientos necesarios para su salud física y emocional.