

Health & Nutrition Sciences

Cómo comunicar de manera eficaz la Ciencia en Nutrición

Tu guía de confianza para comprender e interpretar la ciencia de la nutrición



Como un profesional de la salud, tienes el poder de inspirar confianza y profundizar la comprensión sobre la nutrición del público en general a través de una comunicación creíble de la ciencia. Permite que esta guía te ayude a comprender mejor las publicaciones científicas y a mejorar tu efectividad como un comunicador de nutrición.

Publicaciones científicas

- Los investigadores eligen entre diferentes metodologías de estudios para responder las preguntas de la investigación y realizar pruebas de las hipótesis.
- Hay diferentes tipos y niveles de pruebas que abarcan la jerarquía de la evidencia científica.
- **Esta jerarquía puede ser una herramienta rápida para clasificar la investigación con base en su fortaleza para demostrar la causa y efecto.**

Jerarquía de la evidencia ¹



Revisión crítica de estudios científicos

Por lo general, las investigaciones publicadas siguen un formato establecido para mejorar la comunicación entre los científicos y para facilitar la replicación del estudio. La revisión crítica de la investigación es esencial para contextualizar los resultados en el conjunto de publicaciones sobre un tema.

Evaluación de las secciones de las publicaciones científicas ¹

	¿Qué es?	Preguntas que debes hacerte
Resumen	Un resumen conciso de la investigación completada	<i>Recordatorio: el resumen solo no brinda suficientes detalles para evaluar la validez o la calidad. ¡Continúa leyendo!</i>
Introducción	Establece el contexto de la investigación	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles son las limitaciones generales del estudio? • ¿Incluye antecedentes integrales del tema?
Metodología	Describe cómo se realizó el estudio	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Es adecuado el diseño de la investigación para el fin del estudio? • ¿Describen de manera clara los investigadores los métodos de investigación para que otros investigadores puedan reproducir el estudio?
Resultados	Comparten los resultados y hallazgos claves del estudio	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es la significación estadística de estos resultados? • ¿Cómo se comparan estos resultados con otros estudios sobre el tema?
Discusión y conclusión	Una exploración detallada de los resultados y respuestas de las pregunta principal de la investigación.	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Respaldan los datos y los resultados las conclusiones? • ¿Qué influencia en los resultados pueden tener las limitaciones? • ¿Qué aporta este estudio al cuerpo de conocimiento y/o es un avance para el campo?

Health & Nutrition Sciences

Consejos para evaluar la calidad científica

Utiliza la lista a continuación para ayudarte a determinar la credibilidad de los hallazgos científicos.

	Ciencia de mala calidad	Ciencia de alta calidad
Las afirmaciones suenan demasiado buenas para ser verdad	✓	✓
La investigación se publica en una revista respetable revisada por pares	✓	✓
Los resultados salen de la totalidad de la evidencia, en lugar de solo este estudio en específico	✓	✓
Las recomendaciones se basan en estudios publicados que no fueron revisados por pares.	✓	✓
Los autores divulgaron de manera clara cualquier conflicto de interés.	✓	✓
La investigación considera las preguntas éticas e implicaciones sociales más amplias de los hallazgos del estudio.	✓	✓
El estudio analiza las limitaciones y toma en cuenta los factores de confusión.	✓	✓

Comunicar de manera efectiva



La ciencia es un proceso, con el ciclo de investigación en frecuente movimiento en muchas direcciones diferentes, que genera preguntas, discusiones y debates a lo largo del camino. Esto hace que para los comunicadores sea muy desafiante compartir contenido creíble de una manera oportuna.

Consejos para tomar en cuenta

- Considera todas las partes de la publicación del estudio, desde el resumen, la introducción, la metodología, los resultados, la discusión y las conclusiones y formula las preguntas claves que se plantearon previamente.
- No emitas un juicio sobre el estudio hasta que consultes otros estudios y a los expertos adecuados para ayudarte a evaluar los hallazgos del estudio y medir su nivel de importancia.
- Analiza y debate el artículo con colegas confiables.
- Considera comunicarte con científicos familiarizados con el tema (o hasta comunicarte con los mismos autores del estudio) y pregunta cómo este estudio se adecua al cuerpo de investigación.
- Comunica lo que es conocido del estudio así como la literatura general, y después brinda contenido creíble y factible.
- Si el artículo actual confirma las investigaciones previas o se aleja del pensamiento actual, el papel del comunicador es poner la investigación en contexto para el público en general.
- Recuerda no magnificar los hallazgos del estudio más allá de la población estudiada ni exagerar las conclusiones más allá de los que es estadísticamente significativo o pertinente para la salud pública.

Referencias

1. IFIC. (2024). Understanding & Interpreting Food & Health Scientific Studies: Guidance For Food & Nutrition Communicators. Retrieved 2024, from <https://foodinsight.org/wp-content/uploads/2024/03/IFIC-Science-Communication-Guidance-Documents.pdf>.