I.- Datos Generales

Código	Título
EC0783	Asesoría en suplementación alimenticia para la actividad física y el deporte

Propósito del Estándar de Competencia
Servir como referente para la evaluación y certificación de las personas cuya función es asesorar y recomendar suplementos alimenticios a personas que realizan actividades físicas y deportivas.

Asimismo, puede ser referente para el desarrollo de programas de capacitación y de formación basados en Estándares de Competencia (EC).

El presente EC se refiere únicamente a funciones para cuya realización no se requiere por disposición legal, la posesión de un título profesional. Por lo que para certificarse en este EC no deberá ser requisito el poseer dicho documento académico.

Descripción general del Estándar de Competencia
Este EC describe el desempeño del asesor en suplementación para la actividad física y el deporte: Obtiene información previa a la asesoría de suplementación para determinar el perfil del cliente y sus requerimientos específicos; realiza mediciones de peso, talla, cintura y cadera del cliente; obteniendo así, el formato del perfil del cliente requisitado. Posteriormente, realiza la asesoría de suplementación; recomienda el suplemento de acuerdo al perfil del cliente; y detalla en qué consiste el monitoreo de los resultados, obteniendo el plan de suplementación y la carta de consentimiento informado requisitados.

El presente EC se fundamenta en criterios rectores de legalidad, competitividad, libre acceso, respeto, trabajo digno y responsabilidad social.

Nivel en el Sistema Nacional de Competencias: Cuatro
Desempeña diversas actividades tanto programadas poco rutinarias como impredecibles que suponen la aplicación de técnicas y principios básicos. Recibe lineamientos generales de un superior. Requiere emitir orientaciones generales e instrucciones específicas a personas y equipos de trabajo subordinados. Es responsable de los resultados de las actividades de sus subordinados y del suyo propio.

Comité de Gestión por Competencias que lo desarrolló
Congreso del Trabajo.

Fecha de aprobación por el Comité Técnico del CONOCER:	Fecha de publicación en el Diario Oficial de la Federación:
2 de septiembre de 2016	2 de noviembre de 2016
Periodo de revisión/actualización del EC:	**Tiempo de Vigencia del Certificado de competencia en este EC:**
2 años	

Ocupaciones relacionadas con este EC de acuerdo con el Sistema Nacional de Clasificación de Ocupaciones (SINCO)
Grupo unitario
99 Ocupaciones no especificadas
Ocupaciones asociadas
999 Ocupaciones no especificadas

Ocupaciones no contenidas en el Sistema Nacional de Clasificación de Ocupaciones y reconocidas en el Sector para este EC
Asesoría en suplementación

Clasificación según el Sistema de Clasificación Industrial de América del Norte (SCIAN)
Sector:
54 Servicios Profesionales, Científicos y Técnicos
Subsector:
541 Servicios profesionales, científicos y técnicos
Rama:
5419 Otros servicios profesionales, científicos y técnicos
Subrama:
54199 Otros servicios profesionales, científicos y técnicos
Clase:
541990 Otros servicios profesionales, científicos y técnicos

El presente EC, una vez publicado en el Diario Oficial de la Federación, se integrará en el Registro Nacional de Estándares de Competencia que opera el CONOCER a fin de facilitar su uso y consulta gratuita.

Organizaciones participantes en el desarrollo del Estándar de Competencia
- Sanvite S.A. de C.V.
- Organización para el desarrollo de las Ciencias Aplicadas al Deporte COINCIDE S.C.
- Centro de Educación y Capacitación para los Trabajadores A.C.

Aspectos relevantes de la evaluación

Detalles de la práctica:	• Para efecto del escenario simulado.
Apoyos/Requerimientos:	• Se requiere un espacio físico cuya superficie sea dura y nivelada. • Estadímetro/estadímetro digital, cinta de acero flexible calibrada en centímetros, báscula análoga/digital. • Formatos impreso/digital, plumas.

Duración estimada de la evaluación
- 30 minutos en gabinete y 1 hora en campo, totalizando 1 hora con 30 minutos.

II.- Perfil del Estándar de Competencia

Estándar de Competencia

Asesoría en suplementación alimenticia para la actividad física y el deporte

Elemento 1 de 2

Identificar el perfil del cliente para la suplementación

Elemento 2 de 2

Realizar la asesoría de suplementación

III.- Elementos que conforman el Estándar de Competencia

Referencia	Código	Título
1 de 2	E2456	Identificar el perfil del cliente para la suplementación

CRITERIOS DE EVALUACIÓN
La persona es competente cuando demuestra los siguientes:
DESEMPEÑOS

1. Obtiene la información previa a la asesoría de suplementación:

- Saludando al cliente de acuerdo al protocolo del lugar de trabajo,
- Presentándose con nombre y apellido,
- Explicando en qué consiste el proceso de la asesoría de suplementación con base en requerimientos específicos del cliente,
- Sugiriendo que las respuestas a los cuestionamientos realizados sean lo más apegados a la realidad y a sus hábitos actuales, pues de ello dependerá la asertividad al momento de recomendarle el/los suplementos,
- Preguntando los motivos por los que está acudiendo y en qué se le puede apoyar,
- Preguntando si tiene metas/objetivos/expectativas específicos en relación al mejoramiento de su bienestar/imagen/rendimiento físico y en qué tiempo pretende lograrlos,
- Preguntando si realiza alguna actividad física/deportiva,
- Preguntando si ingiere suplementos y si lleva alguna dieta específica, y
- Preguntando si tiene alguna duda referente a la información proporcionada.

2. Realiza la medición del peso del cliente:

- Verificando que la báscula esté calibrada/marque cero antes de pesar a la persona,
- Solicitando que antes de colocarse en el centro de la báscula se despoje de artículos personales, zapatos y de la mayor cantidad de ropa sin transgredir aspectos de confianza/ integridad, e
- Indicándole que se mantenga quieto hasta que la báscula marque el peso.

3. Realiza la medición de talla del cliente:

- Indicando que debe colocarse abajo del estadímetro con los talones juntos y las puntas separadas hasta formar un ángulo de 45°,
- Verificando que los talones, glúteos, espalda y región occipital se encuentren pegados a la superficie vertical del estadímetro, y
- Verificando que la cabeza esté posicionada en el plano de Frankfort.

4. Realiza la medición de cintura del cliente:

- Solicitando que se mantenga de manera erguida, con brazos cruzados y manos sobre los hombros para despejar el área a medir,
- Posicionando la cinta métrica alrededor del área a medir por un costado del cliente, para evitar cualquier contacto que se interprete como acoso/transgresión, y
- Solicitándole que coloque los brazos a los costados y exhale de manera natural para tomar la medida.

5. Realiza la medición de la cadera del cliente:

- Solicitando que se mantenga de manera erguida, con los pies juntos, brazos cruzados y manos sobre los hombros para despejar el área a medir,
- Posicionando la cinta métrica alrededor del área a medir por un costado del cliente, para evitar cualquier contacto que se interprete como acoso/transgresión, y
- Tomando la medida por un costado para respetar la proxemia al área de genitales.

La persona es competente cuando obtiene los siguientes:
PRODUCTOS

1. El formato del perfil del cliente requisitado:

- Indica fecha de la entrevista, mediante la cual se obtuvo la información previa a la asesoría de suplementación,
- Presenta el nombre completo del cliente,
- Muestra la edad, género y fecha de nacimiento del cliente,
- Contiene la información referente al historial clínico obtenido por un experto en salud sobre antecedentes heredofamiliares, enfermedades/padecimientos actuales, hábitos toxicológicos, lesiones físicas, alergias/intolerancias,
- Especifica información de la actividad física que realiza, tipo, duración, frecuencia, intensidad y hora,
- Tiene la descripción del cambio en bienestar/imagen/rendimiento deseado por el cliente,
- Menciona si consume/ha consumido algún suplemento, tipo, duración, modo de uso, antigüedad, cantidad y objetivo al usarlo,
- Contiene la descripción del estilo de vida, hábitos alimenticios del cliente y especifica horarios de ingesta de alimentos, y
- Contiene el cuadro de registro para las diversas mediciones/parámetros que se tomarán a lo largo del plan de suplementación.

CONOCIMIENTOS	NIVEL
1. Antropometría: • Conceptos, aplicación e interpretación	Conocimiento
2. Técnicas de entrevista: • Canales de inter-aprendizaje • Rapport	Conocimiento

La persona es competente cuando demuestra los siguientes:

La persona es competente cuando demuestra las siguientes:
ACTITUDES/HÁBITOS/VALORES

1. Responsabilidad:	La manera en que se dirige al cliente con un lenguaje claro, evitando el exceso/abuso de tecnicismos y respetuoso en todo momento.

GLOSARIO

1. Alergia:	Es la reacción en la cual interviene el sistema inmunológico frente a ciertas sustancias a las que ha sido expuesto y que en condiciones normales no causa esas alteraciones.
2. Artículos personales:	Hace referencia a los artículos de uso cotidiano que el cliente trae consigo como: llaves, cartera, celular, cinturón, monedas, collares, pulseras, anillos, reloj, sombrero, gorra, etc.
3. Asesor de suplementos:	Es la persona que aconseja, orienta, informa y sugiere suplementos alimenticios, tomando en cuenta la opinión de un experto en salud.
4. Bienestar:	Estado físico en equilibrio que proporciona satisfacción y una mejor calidad de vida.

5. Estadímetro:	Es un instrumento empleado para la medición de la estatura o bien de la longitud de una persona.
6. Historial clínico:	La NOM-I6S-SSAL-L998, indica que en consulta se deberá contar con una Historia Clínica, la cual debe estar elaborada por un médico. Constará de: interrogatorio, exploración física, diagnóstico, tratamientos.
7. Intolerancia:	Incapacidad de un organismo para resistir o aceptar el aporte de determinadas sustancias en especial alimentos o medicamentos; donde no interviene el sistema inmunológico.
8. Plano de Frankfort:	Hace referencia a la posición correcta que debe tener la cabeza en relación a una línea imaginaria que va de órbita del ojo, al borde superior del conducto auditivo externo de manera paralela al suelo.
9. Proxemia:	Se refiere al empleo y a la percepción que el ser humano hace de su espacio físico, intimidad personal; de cómo y con quién lo utiliza.
10. Suplemento:	Son productos a base de hierbas, extractos vegetales, alimentos tradicionales, deshidratados o concentrados de frutas adicionados o no de vitaminas y minerales que se puedan presentar de forma farmacéutica (presentación en cápsulas o polvo) y cuya finalidad de uso es incrementar la ingesta dietética total, complementarla o suplir algún componente. De acuerdo a la Ley General de Salud vigente.

Referencia	**Código**	**Título**
2 de 2	E2457	Realizar la asesoría en suplementación

CRITERIOS DE EVALUACIÓN
La persona es competente cuando demuestra los siguientes:
DESEMPEÑOS

1. Recomienda el suplemento:

- A partir de la información contenida en el historial clínico realizado por un experto en salud y en función del cambio que desea en relación al bienestar/imagen/rendimiento,
- Explicando cómo la alimentación/suplementos, condiciones anímicas, actividades cotidianas/ físicas/deportivas afectan positiva/negativamente para lograr el cambio deseado,
- Sugiriendo qué suplemento/suplementos es adecuado para obtener el cambio deseado,
- Indicando el modo de uso, cantidad, momento de ingesta, tiempo estimado de uso de acuerdo al perfil del cliente,
- Explicando cuál es el efecto del suplemento/suplementos recomendados en el organismo,
- Explicando las consecuencias del mal uso del producto al no cumplir con las porciones y tiempos recomendados por el asesor y de acuerdo a los contenidos/contraindicaciones referenciados en la etiqueta,
- Mencionando la importancia de adquirir, dentro de establecimientos formales, suplementos que sean libres de dopaje, debidamente cerrados y envasados,
- Determinando la periodicidad con la que deberá acudir a las asesorías de monitoreo de los resultados,
- Explicando en qué consiste el documento de consentimiento informado y la importancia de firmarlo,
- Entregando por escrito el plan de suplementación, y

- Mencionando que los datos/información proporcionada serán confidenciales y de ninguna manera se hará un mal uso de éstos.

2. Detalla en qué consiste el monitoreo de los resultados:
- Comentándole que en la siguiente reunión acordada se le volverá a realizar las mediciones,
- Indicándole que en caso de presentarse alergias intolerancias o síntomas adversos se comunique/acuda con el experto en salud,
- Comentándole que se llevará un registro en cada asesoría de los cambios en bienestar/ imagen/rendimiento para valorar los resultados,
- Explicándole que con base en los resultados se realizarán ajustes en el plan de suplementación, y
- Preguntando si tiene alguna duda sobre lo mencionado durante la asesoría/recomendación de suplemento.

La persona es competente cuando obtiene los siguientes:
PRODUCTOS

1. El plan de suplementación requisitado:
- Tiene el nombre completo del cliente,
- Tiene el nombre completo y datos de contacto del asesor de suplementos,
- Presenta la fecha de la asesoría,
- Indica la fecha de la siguiente asesoría,
- Tiene el objetivo/meta/expectativa en bienestar/imagen/rendimiento físico,
- Contiene los datos/medidas de peso, talla, cintura y cadera,
- Contiene el tipo de suplemento, modo de uso, cantidad y momento de ingesta, recomendaciones específicas, y
- Tiene las recomendaciones generales del plan de suplementación.

2. Carta de consentimiento informado requisitada:
- Contiene el nombre completo del cliente,
- Muestra la fecha de la asesoría,
- Tiene el nombre completo y firma del asesor, y
- Muestra la firma del cliente aceptando lo establecido en el documento.

La persona es competente cuando posee los siguientes:

CONOCIMIENTOS	NIVEL
1. Fisiología básica del deporte: • Estructura, función y composición corporal • Bioquímica y rutas metabólicas	Conocimiento
2. Composición y función de los nutrientes en la actividad física y del deporte.	Conocimiento
3. Condiciones del cliente: • Contraindicaciones en enfermedades/padecimientos diagnosticadas por el experto en salud • Motivación	Conocimiento
4. Suplementos: • Tipos • Administración	Conocimiento
5. Generalidades de la actividad física y del deporte:	Conocimiento

CONOCIMIENTOS NIVEL

- Capacidades físicas básicas
- Principios del entrenamiento
- Adaptaciones al entrenamiento

6. Dopaje: Conocimiento
   - Organismos reguladores
   - Sustancias dopantes
   - Consecuencias

La persona es competente cuando demuestra las siguientes:

ACTITUDES/HABILIDADES/VALORES

1. Iniciativa: La manera en que ofrece una alternativa adicional para complementar, optimizar el proceso para alcanzar el cambio en salud/imagen/rendimiento deseado.
2. Responsabilidad: La manera en que recomienda los suplementos enfocado únicamente en los que necesita el cliente, sin agregar productos para obtener algún beneficio económico adicional.
3. Tolerancia: La manera en que repite la información las veces que se requiera con el objetivo de aclarar y dar a entender el plan de suplementación sin exaltarse/agredir al cliente.

GLOSARIO

1. Dopaje : Consumo de sustancias prohibidas por la WADA (World Anti-doping Agency).
2. Síntomas adversos: Cualquier síntoma que la persona presente posterior al consumo del suplemento, el cual no se haya presentado previamente y la misma lo considere anormal y relacionado al consumo del producto.