

## Trabajo Fin de Máster

Propuesta de intervención educativa en el Ciclo  
Formativo de Grado Medio en Cuidados Auxiliares de  
Enfermería: Diseño y desarrollo de actividades y  
materiales

Proposal for educational intervention in Intermediate Level  
Training Cycle in Auxiliary Nursing Care: Design and  
development of activities and materials.

Autora:

Paula del Carmen Esteban  
Higuera

Director:

Alfredo Daniel Urrea Eito

FACULTAD DE EDUCACIÓN  
Junio 2021

## ÍNDICE

Resumen .....	2
Abstract .....	3
1. Introducción.....	4
1.1 La Formación Profesional en España .....	4
1.2 Contextualización de la intervención educativa .....	5
1.2.1 Centro educativo .....	5
1.2.2 Título.....	6
1.2.3 Módulo profesional y Unidad Didáctica (UD).....	6
1.2.4 Aula .....	8
2. Justificación.....	8
3. Marco teórico.....	9
4. Diseño y desarrollo de la propuesta .....	11
4.1 Contenidos .....	12
4.2 Objetivos de aprendizaje .....	13
4.3 Metodología .....	13
4.4 Actividades.....	14
4.5 Temporalización.....	18
4.6 Recursos .....	18
4.7 Criterios e instrumentos de evaluación .....	19
5. Reflexión crítica de la propuesta .....	19
5.1 Actividades.....	20
5.1.1 Cuestionario “Análisis del grupo/clase” .....	20
5.1.2 Clases expositivas .....	21
5.1.3 Rueda de los alimentos y mapa conceptual de los nutrientes .....	22
5.1.4 Actividades adicionales.....	23
5.1.5 Actividades de repaso .....	23
5.1.6 Actividad: Auxiliar, ¿puedo comer lo que hay en mi bandeja? .....	24
5.1.7 Kahoot!.....	25
5.1.8 Examen UD10. Alimentación y Nutrición .....	26
5.2 Mejoras de la propuesta de intervención.....	27
5.3 Reflexión sobre mi práctica docente.....	28
6. Conclusiones.....	30
7. Referencias bibliográficas .....	32
8. ANEXOS .....	34

## Resumen

El presente trabajo de fin de máster (TFM) consiste en una propuesta de intervención educativa realizada durante el desarrollo del *Practicum II* del Máster de Educación, llevándose a cabo en el primer curso del Ciclo Formativo de Grado Medio en Cuidados Auxiliares de Enfermería, en el colegio Escolapias Santa Engracia de Zaragoza.

Dicha propuesta engloba la unidad didáctica de Alimentación y Nutrición del módulo de Técnicas Básicas en Enfermería. Para su desarrollo se ha seguido un método educativo basado en clases expositivas de carácter activo, donde la participación del alumnado ha cobrado gran importancia dando lugar a cuestiones y debates de gran interés; el uso de las tecnologías; y la gamificación.

A través de esta intervención, se pretenden alcanzar los objetivos didácticos al mismo tiempo que se aumenta la motivación y la atención del alumnado en el proceso de aprendizaje, con el principal objetivo de que sepan aplicar los conocimientos adquiridos a su futuro puesto laboral, pero también en ellos mismos y en su entorno. Para ello, se han diseñado una serie de actividades haciendo uso de distintos materiales y herramientas con el fin de obtener unos resultados más eficaces y duraderos, ofreciendo un método de enseñanza-aprendizaje innovador, dinámico y de calidad.

En general, los resultados obtenidos han sido satisfactorios, logrando una alta participación e interés por parte del alumnado, lo que se ha visto reflejado en los conocimientos y calificaciones obtenidas.

**Palabras clave:** Formación Profesional, Auxiliar de enfermería, gamificación, TIC, clase expositiva

## Abstract

This Master's thesis consists of a proposal for an educational intervention carried out during *Practicum II* of the Master's Degree in Education, in the first year of the Intermediate Level Training Cycle in Auxiliary Nursing Care, at the Escolapias Santa Engracia School in Zaragoza.

This proposal includes the didactic unit on Food and Nutrition of the Basic Nursing Techniques' module. For its development, an educational method has been followed based on active expository classes, where student participation has become very important, giving rise to questions and debates of great interest; the use of technology; and gamification.

Through this intervention, the aim is to achieve the didactic objectives while at the same time increasing the motivation and interest of the students in the learning process, with the main objective of knowing how to apply the knowledge acquired to their future job, but also in themselves and their environment. To this end, a series of activities have been designed using different materials and tools in order to obtain more effective and lasting results, offering an innovative, dynamic and quality teaching-learning method.

In general, the results obtained have been satisfactory, achieving a high level of participation and interest on the students, which has been reflected in the knowledge and qualifications obtained.

**Keywords:** Vocational Training, Nursing Assistant, Gamification, ICT, Expository classes

## 1. Introducción

El presente documento consiste en el Trabajo de Fin de Máster (TFM) del Máster Universitario en Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanzas de Idiomas, Artísticas y Deportivas, dentro de la especialidad de Procesos sanitarios, realizado durante el curso académico 2020/2021 en la Facultad de Educación de Zaragoza en la Universidad de Zaragoza.

Se ha elegido la Modalidad A, que consiste en la realización de un análisis exhaustivo de mi propuesta de intervención como docente durante el *Practicum II*. En él, se lleva a cabo un estudio crítico del proceso completo atendiendo al diseño de la intervención, su puesta en práctica, y a los resultados obtenidos, prestando especial atención a los puntos débiles del proceso de enseñanza-aprendizaje establecido.

Y por consiguiente, se plantea una mejora de aquellos aspectos en los que se considera que se debe establecer una modificación para obtener resultados más duraderos y eficaces en el alumnado. Además se incidirá en la propuesta de innovación planteada en relación con la Unidad Didáctica seguida durante mi intervención.

Este trabajo está enfocado a la Formación Profesional, ya que es donde ha tenido lugar mi intervención y donde he adquirido grandes conocimientos y experiencia.

### 1.1 La Formación Profesional en España

Hoy en día, el Sistema Educativo en España ofrece a sus estudiantes grandes oportunidades para continuar con sus estudios y garantizar su progresión dentro de él, presentando varias opciones formativas según las preferencias y objetivos laborales de cada persona. Uno de estos caminos es la Formación Profesional (FP), cada vez más elegida por su calidad, por mostrarse atractiva, innovadora y dinámica, y especialmente, por su alta y temprana inserción laboral. (TodoFP | Ministerio de Educación y Formación Profesional. Gobierno de España, 2021).

Otra de las razones por las que la FP está actualmente en auge es debido a que el mercado laboral cada vez es más competitivo y busca profesionales con buenos conocimientos, pero sobretodo con buenas competencias, tanto profesionales, personales como sociales, aspectos que estos estudios garantizan.

Se caracterizan principalmente por ello ya que preparan al estudiante en gran variedad de áreas, acercándole lo máximo posible a la realidad que se va a encontrar en su futuro puesto laboral, y respondiendo a las exigencias del entorno productivo del momento, debido a están en permanente contacto con las empresas del sector.

La oferta educativa actual comprende alrededor de 150 ciclos formativos dentro de 26 familias profesionales, distribuidos en ciclos de Formación Profesional Básica (FPB), de Grado Medio y de Grado Superior, en los que el alumnado adquiere grandes conocimientos teóricos y prácticos para enfrentarse al mundo laboral (Ministerio de Educación y Formación profesional. Gobierno de España, 2021).

## 1.2 Contextualización de la intervención educativa

### 1.2.1 Centro educativo

El desarrollo de mi propuesta de intervención educativa ha tenido lugar en el Colegio Escolapias Santa Engracia, centro Católico Concertado perteneciente a la Fundación Educativa Escolapias, situado en el barrio de San José, al sur de la ciudad de Zaragoza y limítrofe con los distritos Centro, Universidad, Torrero-La Paz y Las Fuentes.

Destaca por ser un barrio multicultural ya que su porcentaje de población inmigrante es del 17,84% de la población total, lo que también se ve reflejado en el centro. También posee gran diversidad en cuanto a nivel sociocultural, debido a que conviven familias de nivel medio-bajo, coincidiendo con las zonas más cercanas al colegio, y de nivel medio-alto, en las zonas más cercanas al centro de la ciudad. (Colegio Escolapias Santa Engracia, 2021).

El colegio se caracteriza especialmente por su ambiente familiar, debido a la estructura que posee, acogiendo a casi 400 personas diariamente contando alumnado y personal.

La oferta educativa ofrecida por el centro se muestra en la Tabla 1, con una línea en cada nivel educativo.

*Tabla 1. Organización de los niveles educativos*

NIVEL EDUCATIVO	MODALIDAD	TURNO
Educación Infantil	-	Diurno
Educación Primaria	-	Diurno

NIVEL EDUCATIVO	MODALIDAD	TURNOS
Educación Secundaria Obligatoria	-	Diurno
Ciclos de Formación Profesional Básica	Informática y comunicaciones	Diurno
	Técnico en farmacia y parafarmacia	Diurno
Ciclo Formativo de Grado Medio	Técnico en Cuidados Auxiliares de Enfermería	Diurno Vespertino
	Técnico en estética y belleza	Vespertino

Disponer de esta variedad de estudios es una gran ventaja a la hora de realizar actividades debido a que se puede contar con los conocimientos del alumnado de todas las etapas educativas para llevar a cabo proyectos interdisciplinares de gran interés.

### 1.2.2 Título

La intervención se ha llevado a cabo en el primer curso del Ciclo Formativo de Grado Medio de Técnico en Cuidados Auxiliares de Enfermería, del turno vespertino.

Dicho título está sujeto al *REAL DECRETO 546/1995 de 7 de abril por el que se establece el Título de Técnico en Cuidados Auxiliares de Enfermería y las correspondientes enseñanzas mínimas*, y queda identificado de la siguiente manera:

- Familia profesional: Sanidad
- Denominación: Cuidados Auxiliares de Enfermería.
- Nivel: Formación profesional de grado medio.
- Duración del ciclo formativo: 1.400 horas.

### 1.2.3 Módulo profesional y Unidad Didáctica (UD)

Se ha decidido realizar la propuesta en el Módulo Profesional de Técnicas Básicas en Enfermería, que tiene una duración de 225 horas en total, y se asocia a la unidad de competencia 2: Aplicar cuidados básicos de enfermería al paciente/cliente (Ministerio de Educación y Formación profesional. Gobierno de España, 2021).

Dentro de este módulo se ha impartido la Unidad Didáctica 10: “Alimentación y Nutrición”. En la Tabla 2 queda representada la capacidad terminal a la que corresponde, así como los criterios de evaluación asociados a ella.

*Tabla 2. Capacidad terminal y criterios de evaluación correspondientes a la UD “Alimentación y Nutrición”.*

CAPACIDAD TERMINAL	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
<p>2.5 Analizar las indicaciones en cuanto a la administración de dietas, proponiendo y aplicando, en su caso, la técnica de apoyo a la ingesta más adecuada en función del grado de dependencia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Clasificar los tipos de alimentos por las características básicas de sus nutrientes, explicando sus principios inmediatos constitutivos.</li> <li>- Describir las características nutritivas de los distintos tipos de dietas: normal y especiales (blanda, astringente, líquida, de exención o absoluta, hipo e hipercalórica).</li> <li>- En supuestos prácticos de apoyo a la ingesta debidamente caracterizados: identificar los materiales necesarios para la administración de alimentación enteral y parenteral, posicionar al paciente en la postura anatómica adecuada en función de la vía de administración del alimento, especificar las medidas higiénico sanitarias que hay que tener en cuenta durante la realización de técnicas de alimentación parenteral, efectuar la administración de comidas en distintos tipos de pacientes, relacionando el tipo de dieta con cada paciente y grado de dependencia del mismo, efectuar la alimentación de un paciente a través de una sonda nasogástrica, cumplimentar plantillas de dietas según las necesidades de cada paciente, anotando su distribución y la necesidad o no apoyo.</li> </ul>

El desarrollo de la presente unidad se llevó a cabo durante las últimas semanas del periodo de prácticas por lo que previamente pude realizar actividades más enfocadas a conocer el funcionamiento tanto del centro y del ciclo, como del grupo en concreto, y de esta manera adaptar las actividades a la situación.



#### 1.2.4 Aula

La intervención educativa se ha realizado en una clase formada por 27 alumnos con características muy variadas, siendo un grupo muy heterogéneo en muchos aspectos. Esta información ha sido aportada por otros docentes del centro, a través de la observación de diversas clases teóricas y prácticas, y mediante la realización de un cuestionario respondido por el alumnado de manera individual (**Anexo I**).

Entre todas las características recogidas cabe destacar que se trata de un grupo de edad muy variada, aunque predominan los mayores de 31 años, siendo un 51,9% del total. Además, la mayoría de ellos compagina sus estudios con el trabajo, mayoritariamente relacionado con el ciclo formativo a cursar, por lo que muchos de ellos poseen buen nivel, mostrándose muy receptivos y con gran interés y motivación en ampliar sus conocimientos para llegar a ser grandes profesionales en este ámbito.

Este aspecto, junto con la conciliación familiar que presenta alguno de ellos, hace que suponga un esfuerzo asistir a las clases presenciales, por lo que es un alumnado que da mucha importancia a la práctica ya que es de la manera que aprecian resultados.

## 2. Justificación

Durante el periodo de prácticas he podido observar de cerca el funcionamiento de la Formación Profesional, así como el alumnado que podemos encontrar especialmente en Grado Medio.

La propuesta de intervención seguida para impartir la unidad de Alimentación y Nutrición ha sido diseñada partiendo de las herramientas y materiales que el alumnado lleva utilizando durante todo el curso académico, por lo que se ha decidido continuar con el mismo método pero introduciendo herramientas informáticas y metodologías activas que resulten útiles para todos ellos.

Para obtener resultados eficaces y de calidad en el alumnado, es importante que exista una motivación intrínseca, pero también extrínseca, que haga que se esfuercen en aprender y que sean persistentes en su trabajo.

Sin embargo, la motivación personal de cada alumno varía y esto se incrementa en la Formación Profesional, en la que conviven alumnos de edades muy variadas, teniendo

objetivos y aspiraciones muy distintas, y sobre todo, ritmos de vida diferentes (Pérez del Pino & Franco-Mariscal, 2019).

Por ello, es muy importante nuestro papel como docentes debido a que somos los responsables de establecer el mejor proceso de enseñanza-aprendizaje posible y de saber obtener un resultado positivo en cada uno de los alumnos que conforman la clase, atendiendo a la diversidad que nos podamos encontrar en las aulas.

Al ser mi primera experiencia como docente he tenido muy presente todo lo aprendido en el Máster de Profesorado. Y por ello, mi intervención se ha enfocado hacia un método de enseñanza expositivo e interactivo, en el que la participación del alumnado es de gran importancia, y además se ha tratado de hacer uso de algunas de las metodologías y herramientas tecnológicas vistas en clase, como es la gamificación.

Con esta intervención el objetivo principal que se persigue es que el alumnado afiance los conocimientos sobre alimentación y nutrición mediante un método de enseñanza-aprendizaje atractivo, innovador y eficaz, basado en la clase expositiva, la gamificación y el uso de las tecnologías.

Además, para fomentar la promoción de la salud en las personas, se va a trabajar de manera transversal aspectos relacionados con ello, ayudando al alumnado a adquirir conocimientos básicos y muy importantes para mejorar su alimentación y por tanto, su salud.

### **3. Marco teórico**

El entorno productivo se encuentra en permanente cambio como consecuencia de la globalización, los avances tecnológicos, y especialmente, las demandas de los clientes. Esto va a verse reflejado en la Formación Profesional la cual va muy ligada a ello, provocando que las empresas requieran trabajadores con grandes conocimientos, pero sobretodo con buenas habilidades que respondan a las nuevas demandas del sector productivo y ayuden al crecimiento de las empresas.

Por ello uno de los retos establecidos por la Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE) es adecuar la Formación Profesional a los requerimientos del entorno productivo, *“en el que la tecnología se ha convertido en un factor competitivo y*

*en el que el trabajo tiene cada vez más un contenido cargado de tareas inteligentes que requieren creatividad e innovación, es decir, competencias en innovación”.* (Brunet & Böcker Zavaro, 2017, p. 92)

Teniendo en cuenta todas estas características, la propuesta de intervención se sustenta en dos aspectos principales, la innovación, en la que se incluye el uso de la gamificación, y la utilización de las TIC. Todo ello trabajándolo desde una base en la que se persigue buscar un aumento de interés en el alumnado, ya que analizar las motivaciones y estrategias utilizadas por el alumnado, nos va a ayudar a establecer el método de enseñanza-aprendizaje de más calidad. (Sánchez, 2011)

Según Sánchez (2011, p.100), *“la motivación es el motor que mueve toda conducta, lo que permite provocar cambios tanto a nivel escolar como en la vida en general”*: Las expectativas y actitudes que va a tener el alumnado sobre sí mismo, la tarea a realizar y sus aspiraciones, van a ser factores que van a tener gran influencia en los resultados que se obtengan.

Una de las características de la Formación Profesional es la gran heterogeneidad que puede haber en el aula, viéndose reflejado así mismo en los objetivos y motivaciones del alumnado. Dicha variabilidad tiene su origen principalmente en que conviven en un mismo espacio alumnos de edades muy variadas, llevando ritmos de vida muy distintos, por lo que es primordial atender a esta diversidad.

Como se ha mencionado, uno de los puntos clave en los que hay que trabajar en el aula es la innovación, que puede traducirse en el empleo de metodologías activas como puede ser la gamificación, y el uso de las tecnologías.

Según Parente (2016), la sociedad actual se caracteriza por estar digitalmente conectada y con acceso continuo a la información, lo que hace que queramos obtener resultados de forma rápida, concisa y eficiente, además de divertida, en todos aspectos de la vida, incluso en el ámbito educativo.

A estos requerimientos responde la gamificación, metodología activa que *“consiste en utilizar las técnicas de diseño del mundo de los videojuegos para conducir al usuario a través de acciones predefinidas y manteniendo una alta motivación”*, según la define Parente (2016, p.11).

El empleo de juegos y dinámicas para la adquisición de conocimientos es una herramienta muy poderosa pero que hay que conocer bien y saber aplicarla en el momento oportuno en el aula. (García & Neira, 2017)

En primer lugar, es esencial adaptar las actividades al grupo-clase con el que se está trabajando, teniendo en cuenta sus competencias y habilidades. Y por otro lado, es muy importante no abusar de ellas ya que pueden llegar a perder su eficacia, comenzando a desmotivar al alumnado e incluso puede que muestren rechazo hacia esta metodología, alcanzando resultados contrarios a los esperados. (Parente, 2016)

Otra de las habilidades que los alumnos deben de dominar es el uso de las nuevas tecnologías, de manera autónoma y responsable. El uso de las TIC puede contribuir a mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje, el rendimiento académico y la participación del alumnado, ya que es método muy atractivo y a través del cual se puede trabajar un amplio campo de conocimientos, accediendo a una información enriquecida y manipulable. Además, se pueden utilizar en cualquier momento y lugar, siempre que se disponga de un aparato electrónico y conexión a Internet, accediendo a todo tipo de materiales para implantar en cada situación concreta la herramienta más adecuada. (López Belmonte et al., 2020)

Por último, no hay que olvidarse de la clase expositiva, método de enseñanza muy útil y eficaz si se lleva a cabo de manera adecuada, y especialmente si se combina con metodologías activas como las mencionadas anteriormente, con el objetivo de no producir fatiga y monotonía en el alumno.

Para que una clase expositiva sea de calidad y se obtengan buenos resultados ha de atender a varios aspectos, debe transmitir información al alumno, hacerle reflexionar, captar su atención, y sobre todo, fomentar su participación. Además, con esta metodología se puede transmitir mayor cantidad de información en un periodo breve de tiempo, adquiriendo conocimientos más amplios. (Zarraute, 2019)

#### **4. Diseño y desarrollo de la propuesta**

En este apartado queda reflejado el diseño y desarrollo de la propuesta de intervención realizada en el primer curso del grado medio de Técnico en Cuidados Auxiliares de

Enfermería de turno vespertino, dentro del módulo de Técnicas Básicas en Enfermería, concretamente en la Unidad Didáctica 10: “Alimentación y Nutrición”.

En él se van a detallar los contenidos que se han impartido, los objetivos de aprendizaje que tiene que haber superado el alumnado al concluir la unidad didáctica, la metodología seguida para ello, y las actividades realizadas, incluyendo sus objetivos y los recursos utilizados, así como el método de evaluación llevado a cabo.

Dicha intervención ha tenido una duración de 12 horas aproximadamente, durante las cuales se han tratado los contenidos correspondientes mediante actividades tanto teóricas como prácticas, que más adelante se van a concretar.

#### 4.1 Contenidos

Los contenidos de la unidad didáctica “Alimentación y Nutrición”, se han seleccionado del libro de texto que sigue el centro y con el que el alumnado lleva trabajando todo el curso académico. Se me ofreció total libertad para diseñar las clases según mi criterio, pero siempre teniendo en cuenta los contenidos básicos de la unidad didáctica, así como los criterios de evaluación que van a seguirse para alcanzar la capacidad terminal correspondiente.

Dichos contenidos quedan reflejados en el **Anexo II**, que teniendo en cuenta la tipología del saber, se puede apreciar que predomina el saber (S) y el saber hacer (H), ya que es una unidad de trabajo en la que se aportan gran cantidad de conocimientos pero al mismo tiempo, el alumno debe adquirir habilidades prácticas para aplicarlo a la vida real.

Esto es debido a que deben de conocer la manera de aplicarlos a su día a día como auxiliar de enfermería, pero también como persona, ya que en esta unidad se trabaja la promoción de la salud de manera transversal, causando así mismo un impacto positivo en el alumnado.

Y por último, a parte del saber y del saber hacer, también va a estar presente en los contenidos el saber estar (A), ya que es muy importante y esencial que el alumno sepa comportarse en su puesto de trabajo, llevando a cabo lo aprendido en la unidad didáctica de manera adecuada.

## 4.2 Objetivos de aprendizaje

El objetivo principal que se ha perseguido en todo momento con la propuesta educativa utilizada, es que el alumnado afiance los conocimientos impartidos, sabiendo aplicarlos a la vida real y sobre todo al puesto laboral al que se puedan enfrentar en un futuro.

En cuanto a los objetivos generales de la unidad didáctica, son los siguientes:

- a) Diferenciar los conceptos de alimentación, nutrición, equilibrio y metabolismo energético y alimentación equilibrada.
- b) Comparar las principales características de los nutrientes
- c) Identificar la patología más frecuente que afecta al metabolismo y a la nutrición
- d) Resumir los diferentes tipos de dietas terapéuticas y sus indicaciones
- e) Colaborar en la alimentación del paciente como parte de los cuidados de éste

## 4.3 Metodología

Para comenzar el diseño de las clases y por consiguiente, de las actividades a realizar, las primeras semanas del *Practicum* se dedicaron a conocer de cerca el grado medio en el que iba a impartir clase, asistiendo como oyente tanto a clases teóricas como prácticas, impartidas por diversos docentes.

De esta manera, también he podido observar las características más notables del alumnado como grupo y su actitud hacia las clases y actividades que plantean los docentes del centro.

Teniendo en cuenta toda la información recogida, y todos los conocimientos adquiridos en las diferentes asignaturas del Máster de Profesorado, se optó por una metodología expositiva e interactiva al mismo tiempo, en la que se incluyó la gamificación y herramientas informáticas como Classroom.

En cuanto a los contenidos más teóricos, que atienden a la tipología del saber, se han explicado mediante clases expositivas activas ya que según mi percepción, considero que este tipo de clases son necesarias para adquirir unos conocimientos previos y de manera más detallada.

Es interesante destacar que este método da lugar a la adquisición de conocimientos más amplios y en menor tiempo, y al tratarse de una unidad de gran interés para la población, que hoy en día está en auge, la participación del alumnado solía ser elevada. Esto en ocasiones daba lugar a cuestiones muy interesantes y prácticas, así como debates entre ellos, lo que hacía que todavía se adquiriesen más conocimientos y los afianzasen de una manera más adecuada y atractiva.

En general, la estructura que se ha seguido para impartir la unidad didáctica ha sido la misma en todos los puntos, dedicando las primeras horas de las sesiones a clases expositivas, en las que en ocasiones se ha hecho uso de mapas conceptuales y esquemas para facilitar la comprensión del temario, y posteriormente, realizando ejercicios y actividades de repaso, con el objetivo de afianzar los conocimientos recién adquiridos.

La última sesión difirió ligeramente del resto de días, ya que se explicó la teoría mediante clase expositiva pero utilizando infografías en vez del libro de texto, y posteriormente se realizó una dinámica en la que se introdujo una metodología activa, la gamificación. Se decidió enfocar la clase de esta manera para que el alumnado adquiriese los conocimientos respecto a las dietas terapéuticas de forma más real y cercana a su puesto de trabajo.

Finalmente para concluir esta sesión, y con el fin de que sirviese tanto de repaso para el alumnado como de información para mí como docente para observar si habían logrado adquirir los conocimientos, se realizó un cuestionario a través de la plataforma de Kahoot!, en la que se incluyeron preguntas de toda la unidad didáctica.

#### 4.4 Actividades

En este apartado se van a detallar los tipos de actividades que se han llevado a cabo en el aula para la adquisición de los contenidos de la unidad didáctica. En el **Anexo III**, se puede encontrar una tabla con todas las actividades e información más detallada de cada una, donde se concretan los objetivos con los que están asociadas, su duración, quién realiza cada actividad, cómo se hacen, para qué y qué recursos y materiales son necesarios.

A continuación, se incluye un breve resumen de los diversos tipos de actividades realizadas con la información más importante.

❖ Cuestionario “Análisis del grupo/clase”

Esta actividad no forma parte de la Unidad Didáctica “Alimentación y Nutrición” pero se realizó con el objetivo de conocer al grupo-clase antes de comenzar a diseñar la propuesta de intervención educativa. De esta manera he podido diseñar las clases teniendo en cuenta los puntos fuertes y débiles del alumnado, sus intereses y aspiraciones sobre el grado que están cursando, así como sus objetivos sobre su futuro laboral.

Para ello, todas las profesoras de prácticas elaboramos un cuestionario de preguntas abiertas y cerradas, todas ellas de obligado cumplimiento, en las que se les preguntaba sobre información más personal como la conciliación laboral y familiar con el grado, métodos de enseñanza o intereses y motivaciones, entre otros.

No se trata de una actividad evaluable ya que sólo perseguía obtener información del alumnado para diseñar clases más efectivas y atractivas, y para establecer una relación docente-alumno más cercana.

Se realizó a través de la aplicación de GoogleForms durante el horario lectivo, por lo que se obtuvo la respuesta de la totalidad de la clase. Para ello sólo era necesario que cada alumno dispusiese de un dispositivo electrónico con acceso a Internet.

❖ Clases expositivas

La teoría de todos los apartados de la unidad didáctica se ha explicado al alumnado mediante clases expositivas siguiendo el libro de texto, o en ocasiones concretas – actividad A1.3 y A3-, una presentación de PowerPoint que se proyectaba en la pizarra.

Se trataban de clases en las que se les aportaba información más técnica, profundizando en los conceptos y conocimientos más importantes, y en las que se ha tenido muy presente la participación del alumnado para su desarrollo.

Durante las explicaciones se realizaban preguntas para comprobar que se iba comprendiendo el temario, con el fin de transmitirles confianza para que en el supuesto caso de que no entendiesen algo, preguntasen sin problema.

Con esta metodología, el objetivo que se ha perseguido ha sido la transmisión de los conocimientos, de forma más técnica, y en un menor periodo de tiempo. Además, gracias a tratarse de clases expositivas activas, se ha interactuado con el alumnado en todo momento, quien ha realizado cuestiones interesantes que en ocasiones han dado lugar a debates muy prácticos.



En el caso del apartado de dietas terapéuticas, se han utilizado infografías (previamente elaboradas entre otra profesora de prácticas y yo) para impartir la sesión. Con esto se ha perseguido que el alumnado pueda entender mejor la información aportada y que sea más fácil de recordar las características e indicaciones de cada una de las dietas, ya que pueden llegar a confundirlas entre ellas, y es esencial que las sepan distinguir claramente.

En el **Anexo IV** se adjunta un ejemplo de una de las infografías utilizadas.

❖ *Rueda de los alimentos y mapa conceptual de los nutrientes*

Teniendo en cuenta la información aportada por el alumnado en el cuestionario de “Análisis del grupo-clase”, donde afirmaba una gran mayoría tener mayor habilidad para aprender de esquemas y herramientas más visuales, se ha elaborado un mapa conceptual para la clasificación de los nutrientes (**Anexo V**) y un gráfico de la rueda de alimentos en el que se ha incluido información adicional de importancia.

Con estas actividades se ha buscado alcanzar un mejor conocimiento de lo explicado, quedando los conceptos más claros y esquemáticos.

Para su elaboración, y para hacer la actividad más completa, se han realizado en la pizarra del aula con las aportaciones del alumnado, ayudados por el libro de texto, y de esta manera, se han aportado conocimientos para aprender a realizar buenos esquemas y resúmenes. Al mismo tiempo que se elaboraban, el alumnado los iba plasmando en su cuaderno.

De todas maneras, para garantizar que todos tenían los mapas conceptuales correctamente o si algún alumno no había podido asistir a clase, se han compartido posteriormente en la plataforma de Classroom.

Esto es debido a que otro de los objetivos que se persigue con esta actividad, es que dispongan de una ayuda para afianzar con mayor facilidad los conocimientos, y les sea de utilidad para superar el examen de la unidad.

❖ *Actividades de repaso*

Al finalizar cada uno de los puntos de la unidad didáctica, se han realizado actividades de repaso de diversas características.

Dichas actividades han consistido en verdadero o falso, asociación de columnas, completar tablas, o bien realizar ejercicios para calcular el gasto y el valor energético, entre otros. En el **Anexo VI** se adjunta uno de los ejercicios diseñados.

Los objetivos que se han perseguido con estas actividades ha sido afianzar los conocimientos adquiridos de manera teórica, destacando los aspectos más importantes de cada uno de los puntos tratados.

❖ Actividad: Auxiliar, ¿puedo comer lo que hay en mi bandeja?

Consiste en una actividad de gamificación a través de la cual se ha trabajado desde un aspecto más práctico las dietas terapéuticas.

Uno de las principales funciones de los auxiliares de enfermería en los hospitales y residencias es comprobar que las bandejas isotérmicas llevan la dieta correcta para cada paciente. Por ello, se ha elegido esta actividad en la que se ha situado al alumnado en casos reales que se van a encontrar en su futuro puesto laboral.

Para realizarla sólo se ha utilizado el proyector y el ordenador, y las infografías de las dietas terapéuticas.

La actividad no ha sido calificable, aunque para fomentar la participación del alumnado se anotaba a aquellas personas que participaban activamente y que sus aportaciones eran correctas.

Además, dicha actividad forma parte de la propuesta de Proyecto de Innovación Educativa presentada en las IV Jornadas de buenas prácticas docentes e investigación educativa “Del aula al máster” que se celebraron el 14 y 21 de mayo. En el **Anexo VII** queda reflejado el póster de dicha propuesta de innovación educativa, diseñada para la clase del presente trabajo, donde he realizado mi *Practicum*.

❖ Kahoot!

Se trata de una actividad de repaso no calificable, en la que se ha introducido la gamificación y el uso de las tecnologías a través de la herramienta Kahoot!.

Se ha realizado al finalizar la unidad didáctica con el objetivo de hacer un repaso de todos los conceptos trabajados, y para conocer los conocimientos adquiridos por el alumnado, además de servir de orientación para poder adecuar el examen a su nivel y capacidades.

Además una ventaja ha sido que la mayoría del alumnado conocía su funcionamiento, mostrando gran interés y motivación, lo que ha agilizado la actividad.

Destacar que al finalizar el cuestionario, se dedicó un tiempo a cada una de las preguntas para analizar la teoría que se trataba, relacionando y profundizando en otros contenidos relacionados con el objetivo de ampliar el repaso a toda la unidad. Los recursos necesarios para llevarlo a cabo han sido la aplicación de Kahoot!, un dispositivo electrónico con conexión a Internet por alumno, aunque en algún caso se ha permitido su realización por parejas, y el ordenador y proyector para mostrar las preguntas en la pizarra y realizar el posterior repaso.

#### 4.5 Temporalización

La unidad didáctica se ha llevado a cabo en el 3º trimestre del curso académico 2020-2021. Y ha tenido una duración de una semana, concretamente del 13 al 21 de abril, teniendo en cuenta que este módulo se imparte cuatro días a la semana con 2-3 horas diarias.

Posteriormente, siguiendo la petición del alumnado y con el objetivo de que dispusiesen de un tiempo para estudiar los contenidos adecuadamente, pasada una semana aproximadamente se realizó el examen final de la unidad, el 30 de abril. Con este instrumento de evaluación se ha podido comprobar si habían asimilado correctamente los conceptos y poder obtener una calificación de cada uno de ellos.

En el **Anexo IX** se adjunta una tabla con la temporalización exacta de cada una de las actividades realizadas.

#### 4.6 Recursos

Todas las clases impartidas se han llevado a cabo en el aula-taller habitual, en la que se disponía de ordenador, conexión a Internet, proyector y pizarra.

En cuanto a los recursos y herramientas utilizadas para impartir la unidad didáctica, se ha empleado el libro de texto del módulo en todo momento, y en ocasiones específicas, una presentación de PowerPoint.

Además se ha utilizado la herramienta Canva para el diseño de las infografías de las dietas terapéuticas y los mapas conceptuales, y la plataforma de Classroom para compartir los documentos necesarios con el alumnado, y estar en contacto continuo.

Respecto a la actividad de Kahoot!, había algún caso concreto que no disponía de dispositivo electrónico, por lo que se les permitió juntarse con otro compañero para la realización de la sesión. Esto fue posible ya que se trataba de una actividad no calificable.

#### **4.7 Criterios e instrumentos de evaluación**

Para evaluar al alumnado en esta unidad didáctica, se ha tenido en cuenta las orientaciones de la profesora del módulo, por lo que se ha seguido el mismo método que en otras unidades.

En general, todas las actividades realizadas en la presente unidad didáctica son no calificables, a excepción del examen final.

En concreto, en las actividades de repaso y la actividad “Auxiliar, ¿puedo comer lo que hay en mi bandeja?”, se ha realizado una evaluación formativa, ya que se iba dando un *feedback* al alumnado, y además, se anotaba a aquellos que participaban voluntariamente para corregirlos o para resolverlos. Se ha llevado a cabo esta técnica con el objetivo de fomentar la participación del alumnado y lograr un número alto de respuestas.

En cuanto al cuestionario de Kahoot!, también se ha llevado a cabo una evaluación formativa, ya que cada uno de los alumnos ha podido comprobar el nivel que en ese momento poseía, y los contenidos que debía trabajar más.

Respecto al examen final de la unidad didáctica, se ha realizado al finalizarla y en él se han introducido preguntas de tipo test, de asociar varias columnas, rellenar huecos y de preguntas de respuesta corta. Para superar dicho examen era necesario obtener una nota mínima de 7 sobre 10.

### **5. Reflexión crítica de la propuesta**

En este apartado se van a exponer los resultados obtenidos de la propuesta de intervención, relacionándolos con los objetivos y resultados que se esperaban desde un principio. Además, para aquellos aspectos que se consideren que pueden mejorarse, se ha planteado una mejora didáctica.

Por último, se analizará mi evolución como docente a lo largo del Máster de Profesorado, especialmente en el *Practicum I y II*, mencionando las competencias que he adquirido, e incidiendo en algún aspecto que todavía debo trabajar para mejorar.

En términos generales, la propuesta de intervención en el aula se ha desarrollado adecuadamente y se han obtenido buenos resultados en el alumnado, causa de su alto interés y motivación por aprender sobre los conceptos que se trataban en la unidad didáctica de alimentación y nutrición.

Esto se ha visto reflejado en su participación, la cual puede considerarse elevada debido a que el alumnado ha realizado gran cantidad de preguntas sobre la unidad, pero también sobre temas relacionados que no se incluían en el temario, por lo que han mostrado querer aprender más sobre el tema de alimentación.

Esta alta participación ha sido muy favorable para su aprendizaje ya que en ocasiones surgían debates entre ellos, tratando los conceptos de la unidad de manera más cercana y real, y en los que se relacionaban muchos de los apartados tratados, observando los efectos a grandes rasgos.

A continuación, se incluye un análisis más profundo de cada una de las actividades realizadas en dicha propuesta de intervención, las cuales se encuentran detalladas en el **Anexo III**.

## **5.1 Actividades**

### **5.1.1 Cuestionario “Análisis del grupo/clase”**

Esta actividad, aunque no formaba parte de la unidad didáctica, se ha realizado con el objetivo de conocer más al grupo con el que se iba a llevar a cabo la propuesta de intervención, y así mismo, conseguir un mayor acercamiento al alumnado para crear un ambiente de trabajo más productivo y de confianza.

Los resultados que se esperaban no eran muy positivos debido a que se tenía presente la información transmitida por algún docente del centro, en la que se afirmaba que es un alumnado en el que hay que insistir mucho en que hagan las tareas que se piden.

Por ello, teniendo esto en cuenta, una de las profesoras del centro, me propuso presentar el cuestionario a los alumnos en persona, explicándoles en qué consistía y dejándoles un periodo de tiempo de la clase para realizarlo.

Gracias a ello, el resultado obtenido ha sido muy favorable, obteniendo la respuesta de la totalidad de los alumnos, lo que ha hecho que se pueda conocer al conjunto de la clase y adecuar el proceso enseñanza-aprendizaje lo mejor posible. Además, los comentarios recibidos acerca del cuestionario han sido muy gratificantes, mostrándose el alumnado muy agradecido por ello, y transmitiéndome mensajes de ánimo para mi práctica docente.

### 5.1.2 Clases expositivas

Todas las sesiones en las que se han impartido los contenidos mediante clase expositiva – correspondientes a las actividades A1.1, A2.1, A4.1, A5.1- se han desarrollado sin problema y a buen ritmo.

Profundizando en las horas dedicadas a la unidad, antes de realizar la intervención se esperaba impartir los contenidos en menor tiempo, pero luego la realidad ha sido muy distinta, siendo el ritmo de la clase más lento de lo esperado, pero sin suponer un gran problema. Por este motivo alguna de las sesiones se ha tenido que reorganizar y dedicar más horas a la presente unidad de trabajo.

Conforme se han ido desarrollando el resto de sesiones, las actividades diseñadas se adecuaban mejor a las clases debido a que he ido adquiriendo un mayor dominio del tiempo disponible, obteniendo un resultado final satisfactorio.

Al tratarse de clases expositivas activas, la participación del alumnado era frecuente, dando lugar a debates de gran interés y cuestiones muy prácticas.

En esta metodología seguida me gustaría potenciar la atención de aquellos alumnos, que por razones de conciliación laboral y familiar con el grado, se mostraban más distantes y su atención disminuía por motivos de cansancio.

Una propuesta de mejora sería intercalar actividades y ejercicios entre las clases expositivas, con el objetivo de que los intervalos de explicación no superasen los 15-20

minutos, ya que es cuando se aprecia una disminución significativa de la atención. (Johnson et al., 2005)

Además, por estos mismos motivos, la actividad “A5.1 Clase expositiva de dietas terapéuticas”, se decidió hacerla más dinámica y diferente a la metodología utilizada hasta ahora para explicar la teoría. Para ello, se diseñó una infografía para cada una de las dietas terapéuticas que se tenían que trabajar, prescindiendo del libro de texto. Posteriormente, para el desarrollo de la actividad de gamificación “Auxiliar, ¿puedo comer lo que hay en mi bandeja?”, que más adelante se analizará, se hizo uso de estas infografías con el fin de obtener un mayor rendimiento y aprovechamiento de éstas.

Con esta propuesta se ha perseguido el objetivo de aumentar la atención de todos los alumnos ya que es un método novedoso para ellos, y especialmente de facilitarles el proceso de aprendizaje ya que de esta manera, es más visual y esquemático distinguir las características principales de cada dieta, así como al tipo de paciente al que va prescrita.

Los resultados que se esperaban con el uso de las infografías eran muy esperanzadores, lo que luego se tradujo a la realidad de la manera esperada. Un gran porcentaje de la clase se imprimió las infografías, sin ser obligatorio, y pude observar que para la preparación del examen habían hecho gran uso de ellas.

### **5.1.3 Rueda de los alimentos y mapa conceptual de los nutrientes**

Teniendo en cuenta la información recogida en el cuestionario de Análisis de grupo, se ha pretendido hacer uso de herramientas más visuales y esquemáticas para ayudar al alumnado a comprender mejor la teoría y para apoyar las clases expositivas.

En el primer caso – actividad A1.2 - , se ha elaborado una rueda de alimentos en la pizarra donde se ha incluido a modo de resumen toda la información de ese apartado. Y en el segundo caso – actividad A4.2 -, tras finalizar el apartado de los nutrientes, en la sesión siguiente se elaboró un mapa conceptual clasificándolos y apuntando los ejemplos más destacados. Ambas actividades se han realizado con las aportaciones de los alumnos, aunque en ocasiones había que guiarlos para obtener un buen resultado.

Con ambas actividades se esperaba que el alumnado adquiriese los conocimientos más importantes y que a la vez que se elaboraba en clase, les sirviese de repaso para afianzar los conceptos trabajados recientemente.

Finalmente, los resultados obtenidos han sido favorables debido a que se observaba que el alumnado tomaba apuntes y plasmaba los esquemas en su cuaderno. Además, alguno de ellos mostró su agradecimiento por haberle resultado de gran utilidad para el estudio y para preparar el examen de la unidad.

#### **5.1.4 Actividades adicionales**

Al tratarse de una unidad que hoy en día es de gran interés, y en el que la información varía frecuentemente, se decidió introducir varios puntos en la intervención más actualizados y muy importantes en relación con la alimentación.

Dichos apartados son el Plato de Harvard, la Pirámide nutricional e información sobre el aprendizaje de leer adecuadamente el etiquetado nutricional de los productos alimenticios para distinguir un producto saludable de uno insano – actividades A1.3 y A3-.

Esta información aportada no se ha tenido en cuenta para evaluar al alumnado ni para calificarles, sólo se impartieron como curiosidad y con el fin de prepararles mejor, especialmente en la promoción de la salud.

Con esta actividad se obtuvieron mejores resultados de los esperados, ya que se captó rápidamente la atención de la totalidad de la clase, permaneciendo muy receptivos a lo largo de la explicación, y realizando preguntas de gran utilidad tanto para su futuro puesto laboral, como para su día a día.

#### **5.1.5 Actividades de repaso**

Conforme se iban desarrollando las sesiones, dediqué mayor tiempo a realizar ejercicios y actividades que a profundizar en la teoría, ya que es un tipo de alumnado que retiene mejor los conocimientos al trabajarlos y ponerlos en práctica.

Teniendo esto en cuenta, se desarrollaron diversas actividades de repaso – actividad A2.2 y A4.2 - para afianzar todos los conceptos trabajados y resaltar aquellos de mayor importancia.



Alguna de estas actividades diseñadas, por falta de tiempo no se pudieron realizar en clase, por lo que se compartió en Classroom el PowerPoint donde se englobaban todos ejercicios, realizados o no, para que pudiesen repasar y volver a realizarlos individualmente en casa.

Este aspecto quizá sería el punto débil de las sesiones debido a que, como he mencionado, al comienzo se dedicaba un mayor tiempo a la explicación y por consiguiente, no daba tiempo a realizar todas actividades que se habían planteado. Como respuesta a ello, en ocasiones se decidía llevarlas a cabo oralmente, por si podía surgir alguna duda o cuestión, ya que era importante que les quedasen esos conceptos claros.

Como respuesta a este problema, en las últimas sesiones se mejoró este aspecto como consecuencia de mi aprendizaje en la mejor distribución del tiempo del que se disponía.

#### **5.1.6 Actividad: Auxiliar, ¿puedo comer lo que hay en mi bandeja?**

Me surgió la idea de llevar a cabo este ejercicio – actividad A5.2 - conforme iba desarrollando las primeras sesiones, ya que uno de mis objetivos era introducir la gamificación en el aula pero desconocía la manera de enfocar lo adecuadamente en este tipo de alumnado, donde hay gran variedad de edades, y además por tratarse de mi primera intervención como docente, dudando si sabría implantarla correctamente.

Finalmente, reflexionando acerca de los problemas mencionados, acabé diseñando la actividad presente satisfactoriamente, por lo que los resultados esperados eran sobretodo que el alumnado respondiese bien a ella y disfrutase y aprendiese a la vez.

El resultado obtenido fue muy gratificante ya que se dedicó un mayor periodo de tiempo a la actividad por petición del alumnado y de la profesora del módulo, ya que la recepción fue muy buena. Además, gracias a esta actividad se reforzaron de manera simultánea todos los contenidos trabajados a lo largo de la unidad, aplicándolos a la realidad, concretamente a una de las funciones principales que van a realizar en los hospitales y residencias, garantizar que las bandejas isotérmicas de cada paciente llevan el menú correcto.

Esta actividad resultó ser muy completa, ya que aparte de trabajar todos los objetivos de la unidad didáctica, se introdujo la gamificación como metodología activa, y para su desarrollo, se hizo uso de las infografías elaboradas.

Uno de los puntos débiles de esta actividad y que me gustaría modificar, es fomentar la participación de algún alumno en especial, ya que son ellos quienes tienen que tener la iniciativa de participar en el ejercicio, por lo que en algún caso concreto, había que hacer preguntas directas para que participasen todos.

Uno de los métodos utilizados para aumentar la participación fue, por recomendación de la profesora del módulo, anotar a los alumnos que participaban y si la información aportada era correcta.

En el caso que hubiese dispuesto de mayor tiempo para dedicar a esta actividad y para organizarla mejor, habría elaborado una rúbrica para poder obtener una calificación del ejercicio, ya que se observaba claramente los alumnos que poseían buenos conocimientos de las dietas. Gracias a esto, también se aumentaría la participación del alumnado, y ellos podrían recibir un *feedback* más detallado de su actitud y progreso en la actividad.

#### **5.1.7 Kahoot!**

Para concluir la unidad didáctica, se realizó un cuestionario a través de la plataforma de Kahoot!, en el que se introdujeron preguntas de todo el temario trabajado en clase.

Los resultados que se esperaban eran positivos, aunque dudaba en cómo reaccionarían los alumnos de mayor edad, ya que alguno de ellos afirmaba tener menos destreza con los dispositivos tecnológicos.

En lo referido a la plataforma de Kahoot!, decidí llevarlo a cabo por este medio ya que mi experiencia con ella como alumna ha sido favorable. Pese a ello, encuentro la desventaja de que al tratarse de un cuestionario donde el tiempo de respuesta influye en la puntuación, se responden a las cuestiones rápidamente sin prestar atención detallada a toda la información que se ofrece.

Como respuesta a esto, tras finalizar el cuestionario se repasó cada una de las preguntas, analizando las opciones posibles, y relacionándolas con otros conceptos de la unidad.

Así que finalmente, resultó ser una actividad muy completa donde aparte de trabajar los contenidos de la unidad, pude obtener una visión general de si el alumnado había afianzado el temario, y por consiguiente, reflejar si el método de enseñanza-aprendizaje utilizado había sido eficaz.

Los resultados obtenidos por el alumnado fueron en general adecuados, obteniendo buenas puntuaciones, excepto algún caso en concreto.

Otros aspectos importantes como la actitud y la motivación fueron buenos, alegrándose al conocer la actividad a realizar ya que alguno de ellos ya tenía experiencia con ella. En el supuesto de que hubiese alguna incidencia, se les permitió realizarlo por parejas.

En resumen, gracias a esta actividad, se ha introducido el uso de las tecnologías mediante la gamificación, desarrollándose sin ningún problema y obteniendo resultados favorables como los mencionados.

#### **5.1.8 Examen UD10. Alimentación y Nutrición**

Finalmente, para concluir la unidad didáctica de Alimentación y Nutrición y obtener una calificación de cada uno de los alumnos, se ha utilizado como instrumento de evaluación un examen escrito, mediante el cual se ha valorado la adquisición de los contenidos más importantes.

Dicha prueba de evaluación está compuesta por varios ejercicios de diferentes características (**Anexo X**), que son los siguientes:

- ✓ Cumplimentación de espacios con la palabra correcta sobre alimentación y nutrición
- ✓ Asociación de distintos alimentos con su función y la ración recomendada en un adulto sano
- ✓ Preguntas cortas sobre las dietas terapéuticas y su aplicación
- ✓ Señalización en una tabla de las características de diversos componentes relacionados con la alimentación
- ✓ 10 preguntas tipo test (sin penalización en los errores)

Con esta variedad de ejercicios se ha buscado ofrecer a los alumnos una mayor oportunidad para superar el examen, ya que cada uno puede realizar mejor o peor un ejercicio dependiendo del estilo de pregunta.

Siguiendo la metodología de la profesora del módulo, para superar la prueba escrita de evaluación se debe de obtener una puntuación igual o superior a 7. En el caso de que no se superase, el alumno en el examen final de carácter del módulo, deberá presentarse y realizar aquellos ejercicios relacionados con las unidades didácticas no superadas.

Los resultados obtenidos en el examen de la UD10: Alimentación y Nutrición fueron satisfactorios, superando la prueba de evaluación un porcentaje elevado de la clase, excepto seis alumnos de los 27, que obtuvieron una calificación por debajo de siete.

Como conclusión general, con la propuesta de intervención que se ha llevado a cabo se ha pretendido alcanzar todos los objetivos de aprendizaje planteados, pero al mismo tiempo aumentar la motivación del alumnado mediante el uso de nuevas metodologías como la gamificación y el uso de las TIC. Los resultados obtenidos han sido mayoritariamente positivos y no ha surgido ninguna incidencia grave durante el desarrollo de la intervención.

## **5.2 Mejoras de la propuesta de intervención**

En general la propuesta de intervención realizada ha sido apropiada y se han conseguido resultados satisfactorios. En el supuesto caso de que se hubiese dispuesto de un mayor periodo de tiempo para impartir la unidad didáctica, alguna de las actividades llevadas a cabo se habría modificado, o incluso se habrían introducido nuevas metodologías.

Al tratarse de mi primera intervención en el aula como docente, opté por introducir metodologías en casos concretos debido a que se prefería implantar pocas y de manera eficaz y de calidad, que muchas y que se alterase el ritmo de la clase, obteniendo resultados no satisfactorios, incluso contrarios a los esperados.

En el caso de las actividades realizadas, ya se ha explicado anteriormente las modificaciones que habrían introducido en cada una de ellas de haber dispuesto de mayor tiempo para impartir la unidad didáctica.

Por otro lado, hubiese sido de gran interés y una actividad muy enriquecedora para el alumnado, llevar a cabo de forma completa la propuesta del Proyecto de Innovación Educativa “Alimentando nuestra salud” presentada en las IV Jornadas de Buenas prácticas docentes e Investigación Educativa “Del aula al máster” que se celebraron el 14 y 21 de mayo de 2021.

En el **Anexo VII** queda reflejado el póster de dicha propuesta de innovación educativa, donde se explica detalladamente las tres actividades que la componen. Durante mi intervención sólo se pudo llevar a la práctica la primera actividad de ellas, “Auxiliar, ¿puedo comer lo que hay en mi bandeja?”, con la que se obtuvieron muy buenos resultados, por lo que de haberla realizado de forma completa, se habría aportado a los alumnos muy buenos conocimientos, y especialmente, gran experiencia en su futuro laboral.

Se habría introducido el aprendizaje basado en proyectos (ABP), la metodología de Aprendizaje y Servicio (ApS), y el trabajo cooperativo y colaborativo entre el alumnado, metodologías de gran interés debido a que aportan grandes competencias tanto personales, profesionales como sociales, ayudando al alumno a acabar de afianzar todo lo aprendido durante la propuesta de intervención.

### 5.3 Reflexión sobre mi práctica docente

En términos generales, el Máster de Profesorado y especialmente el *Practicum I y II*, me ha aportado grandes competencias y experiencia en el ámbito de la educación, y sobre todo, en la práctica como docente.

Aunque no era la primera vez que me enfrentaba a un grupo grande de personas, ya que previamente he realizado charlas y talleres relacionados con mi titulación universitaria de Nutrición Humana y Dietética, ha sido mi primera experiencia como docente.

A lo largo de las diferentes asignaturas del Máster de Profesorado se transmiten conocimientos muy prácticos y útiles para la práctica docente, pero es en el *Practicum II* cuando realmente entras en contacto con la realidad y pones en práctica todo lo aprendido, creciendo como docente, evaluándote a ti mismo y observando cómo influyen los métodos de enseñanza-aprendizaje elegidos en el grupo de alumnos específico con el que trabajas.

Focalizando más en las principales competencias que he adquirido gracias al máster ha sido conocer la legislación vigente, especialmente en Formación Profesional, así como el funcionamiento de estos estudios, ya que hasta entonces eran desconocidos para mí.

La asignatura de *Entorno productivo* me ha hecho reflexionar acerca de la situación actual en la que se encuentra la Formación Profesional, y de todas las ofertas y oportunidades que te pueden ofrecer estos estudios.

En cuanto a las asignaturas de *Diseño de actividades de aprendizaje*, e *Innovación e investigación educativa*, me han aportado grandes capacidades para el diseño y desarrollo de la propuesta de intervención, orientándome sobre el tipo de actividad que podía llevar a cabo en cada situación. Además, he adquirido grandes competencias en el área de la informática, conociendo muchas aplicaciones para introducir la gamificación correctamente en el aula o para facilitar procesos como puede ser la evaluación del alumnado, entre otros muchos materiales.

Pese a que algunas de mis características son que soy una persona tímida y callada, en el momento que comienzo a impartir una clase muestro gran capacidad de transmisión de conocimientos y confianza, explicándolos con un tono atractivo y fuerte, lo que es muy importante para captar la atención del oyente. Además, al ser una persona muy organizada y esquemática, también me ayuda en gran medida para reflejar los contenidos a la clase y que puedan comprenderlos de manera muy clara.

La asignatura de *Habilidades comunicativas para docentes* me ha ayudado a mejorar mi capacidad de transmisión de conocimientos, reforzando aquellos aspectos en los que podía fallar y aportándome buenas herramientas para captar y mantener la atención e interés de los alumnos durante un mayor periodo de tiempo.

Finalmente, el *Practicum* me ha permitido observar la realidad a la que se enfrenta la educación, aportándome una visión de la situación actual de la Formación Profesional y de los retos a los que se enfrenta cada día.

Además, al realizar mi propuesta de intervención en un grupo de alumnos muy heterogéneo en muchos aspectos, me ha hecho superar retos respecto al diseño y desarrollo de la metodología para impartir las clases, ya que se tiene que englobar a todo el alumnado, prestando una atención individualizada a cada uno de ellos.

En cuanto a la integración en el centro, gracias a la ayuda y colaboración de todo el personal docente, he podido introducirme profundamente en el equipo, llevando a cabo una unidad didáctica completa, y en la cual se me ofreció total libertad para diseñarla e implantarla en la clase elegida.

Por todos estos motivos mencionados, considero que mi intervención como docente ha sido muy satisfactoria y que he logrado llevar a cabo un método de enseñanza-aprendizaje de calidad para el grupo de alumnos con el que se ha trabajado, al mismo tiempo que me ha hecho crecer como docente y mejorar en muchos aspectos.

## 6. Conclusiones

A continuación se exponen varias conclusiones de las reflexiones realizadas en el apartado anterior, las cuales son evidencias de la adquisición de unos conocimientos, habilidades y destrezas que me capacitan como futura profesora de Formación Profesional.

En general, el llevar a la realidad la presente propuesta de intervención educativa en un aula real, ha sido una experiencia muy gratificante y enriquecedora, en la que he adquirido grandes conocimientos no sólo a nivel profesional, si no también personal. El desarrollo del *Practicum* ha hecho que aumente mi vocación por ser profesora, ya que he podido realizar de forma muy completa estas prácticas, dado que he llevado a cabo todo tipo de actividades y funciones de un docente, enfrentándome a multitud de retos cada día.

Esta experiencia ha supuesto un desafío que al principio tenía temor de enfrentarme, pero que sin duda, al finalizar la intervención, me hubiese gustado continuar ejerciendo de docente por mucho más tiempo.

Respecto a la propuesta de intervención que se ha llevado a cabo, el método de enseñanza-aprendizaje ha sido apropiado, obteniendo resultados satisfactorios. Pese a ello, siempre se puede mejorar, por lo que habría que estudiar a fondo las actividades realizadas e introducir cambios, para luego comparar y analizar el método más efectivo y de calidad en cada caso.

En cuanto a los recursos empleados – Classroom, PowerPoint, Canva, Kahoot! – son sencillos de utilizar y ofrecen grandes oportunidades para introducir novedades en el aula, lo que se traduce en un aumento de la atención e interés del alumnado, y mayores posibilidades para mejorar gran cantidad de competencias en ellos.

Finalmente añadir que aunque este máster ha sido el inicio de mi experiencia como docente, todavía queda mucho trabajo por hacer para llegar a ser una docente ejemplar. La formación en el mundo de la educación es continua y es necesario seguir formándose a lo largo de los años de profesión, ya que todos los avances que se producen en la sociedad se ven reflejados en el aula.

Por ello, para afrontar esos cambios adecuadamente y sacar el máximo partido en las aulas, el docente debe ser el primero en prepararse para luego transmitir al alumnado y al resto del equipo docente una buena base de conocimientos, trabajando todos conjuntamente hacia el mismo camino.



## 7. Referencias bibliográficas

Brunet, I., & Böcker Zavaro, R. (2017). El modelo de formación profesional en España.

*Revista Internacional de Organizaciones*, 18, 89-108.

<https://doi.org/10.17345/rio18.89-108>

Colegio escolapias Santa Engracia - FE Escolapias. Recuperado de

<https://escolapiasmiraflores.org/>

Facultad de Educación - Universidad de Zaragoza. (2019). *Guía docente* - 63303.

*Trabajo Fin de Máster (Esp Procesos Sanitarios, Químicos, Ambientales y*

*Agroalimentarios)*. Recuperado de

<https://moodle.unizar.es/add/mod/url/view.php?id=2128388>

García, M., & Neira, R. H. (2017). Análisis para la gamificación de un curso de

Formación Profesional. *IE Comunicaciones: Revista Iberoamericana De Informática Educativa*, (26), 46-60. Recuperado de

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6231883>

Gobierno de España, Ministerio de Educación y Ciencia (1995). Real Decreto

546/1995, de 7 de abril, por el que se establece el título de Técnico en Cuidados Auxiliares de Enfermería y las correspondientes enseñanzas mínimas. BOE núm. 133, de 5 de junio de 1995, páginas 16503 a 16526 (24 págs.)

Johnson, D. W., Johnson, R. T., & Smith, K. A. (2005). La Clase Expositiva

Cooperativa. *Catalunya: Universidad Politécnica De Cataluña*.

Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa.10 de

diciembre de 2013. BOE n.º 295.

López Belmonte, J., Moreno Guerrero, A.J, Pozo Sánchez, S., & López Núñez, J.A.

(2020). La Formación Profesional ante el reto de las TIC: Proyección de la realidad aumentada entre su profesorado y predictores de uso. *Revista Complutense De Educación*, 31(4), 423-433. <https://doi.org/10.5209/rced.65443>

Ministerio de Educación y Formación Profesional - Gobierno de España. Recuperado de <https://www.educacionyfp.gob.es/contenidos/estudiantes/formacion-profesional.html>

Parente, D. (2016). Gamificación en la educación. *Gamificación En Aulas Universitarias*, 11

Pérez del Pino, J., & Franco-Mariscal, A. J. (2019). Motivación y rendimiento académico en Formación Profesional. Un estudio preliminar en el Ciclo Formativo de Grado Medio Auxiliar de Enfermería. *International Journal for 21st Century Education* 6(1), 16-28 (2019), Recuperado de <http://helvia.uco.es/xmlui/handle/10396/20063>

Sánchez, J. J. M. (2011). Evaluación de la motivación hacia el aprendizaje de los estudiantes de los ciclos formativos de Formación Profesional. *La Formación Del Profesorado En El Siglo XXI*, 95.

TodoFP - Ministerio de Educación y Formación Profesional - Gobierno de España - La Formación Profesional actual en el Sistema Educativo. Recuperado de <https://www.todofp.es/sobre-fp/informacion-general/sistema-educativo-fp/fp-actual.html>

Zarraute, V. F. (2019). ¿Es satisfactoria la clase expositiva en la universidad?: Un enfoque crítico. Universidad Autónoma de Madrid). Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=259805>

## 8. ANEXOS

**Anexo I.** Enlace al cuestionario de “Análisis del grupo-clase”:

<https://docs.google.com/forms/d/10THWUdDePWFCr0XOvNz6knpejsLpk-1Wr9pLxvcgK90/edit?usp=sharing>

**Anexo II.** Tabla resumen de la UD 10: Alimentación y Nutrición, del Módulo Profesional Técnicas Básicas en Enfermería.

UNIDAD DIDÁCTICA Nº 10: Alimentación y Nutrición	Duración: 12 horas
<p><b>RA 2.5:</b> Analizar las indicaciones en cuanto a la administración de dietas, proponiendo y aplicando, en su caso, la técnica de apoyo a la ingesta más adecuada en función del grado de dependencia.</p> <p>CE 1) Clasificar los tipos de alimentos por las características básicas de sus nutrientes, explicando sus principios inmediatos constitutivos.</p> <p>CE 2) Describir las características nutritivas de los distintos tipos de dietas: normal y especiales (blanda, astringente, líquida, de exención o absoluta, hipo e hipercalórica).</p> <p>CE 3) En supuestos prácticos de apoyo a la ingesta debidamente caracterizados:</p> <ul style="list-style-type: none"><li><input checked="" type="checkbox"/> Identificar los materiales necesarios para la administración de alimentación enteral y parenteral.</li><li><input checked="" type="checkbox"/> Posicionar al paciente en la postura anatómica adecuada en función de la vía de administración del alimento.</li><li><input checked="" type="checkbox"/> Especificar las medidas higiénico sanitarias que hay que tener en cuenta durante la realización de técnicas de alimentación parenteral.</li><li><input checked="" type="checkbox"/> Efectuar la administración de comidas en distintos tipos de pacientes, relacionando el tipo de dieta con cada paciente y grado de dependencia del mismo.</li><li><input checked="" type="checkbox"/> Efectuar la alimentación de un paciente a través de una sonda nasogástrica.</li><li><input checked="" type="checkbox"/> Cumplimentar plantillas de dietas según las necesidades de cada paciente, anotando su distribución y la necesidad o no apoyo.</li></ul> <p><b>Objetivos de aprendizaje:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>a) Diferenciar los conceptos de alimentación, nutrición, equilibrio y metabolismo energético y alimentación equilibrada.</li><li>b) Comparar las principales características de los nutrientes</li><li>c) Identificar la patología más frecuente que afecta al metabolismo y a la nutrición</li><li>d) Resumir los diferentes tipos de dietas terapéuticas y sus indicaciones</li><li>e) Colaborar en la alimentación del paciente como parte de los cuidados de éste</li></ul>	

**Anexo II.** Tabla resumen de la UD 10: Alimentación y Nutrición, del Módulo Profesional Técnicas Básicas en Enfermería. (Continuación)

Contenidos	Tipología (S, H, A) <sup>1</sup>
1. Alimentación y nutrición, equilibrio energético y metabolismo	<b>S, H</b>
2. Principales nutrientes del organismo humano	<b>S</b>
3. Metabolismo de los hidratos de carbono, los lípidos y las proteínas: control del metabolismo	<b>S</b>
4. Patología más frecuente que afecta al metabolismo y a la nutrición	<b>S</b>
5. Características de la alimentación y la dietoterapia	<b>S</b>
6. Cuidados del paciente en relación con su alimentación y nutrición	<b>S, H, A</b>

---

<sup>1</sup> S = Saber, H = Saber hacer, A = Saber estar y ser

**Anexo III.** Tabla resumen de la propuesta de intervención educativa

Actividad					Metodología		Recursos
QUÉ se hace Tipo de actividad	Ob	T <sup>2</sup>	QUIÉN Pr   Al		CÓMO se hace	Se hace PARA	CON QUÉ se hace
C1. Cuestionario “Análisis del grupo-clase”	-	30’	x	x	Breve explicación del cuestionario elaborado por las profesoras de prácticas del centro, compuesto por preguntas abiertas y cerradas, y posterior realización por parte del alumnado.	Conocer al grupo-clase con el que se va a trabajar para adecuar las clases a sus objetivos, motivaciones y métodos de enseñanza más eficaces.	En el aula propia o en el domicilio (En este momento había enseñanza semipresencial) Aparato electrónico Conexión a Internet Aplicaciones informáticas (ClassRoom y GoogleForms)

---

<sup>2</sup> Expresado en minutos

Actividad					Metodología		Recursos
QUÉ se hace Tipo de actividad	Ob	T <sup>2</sup>	QUIÉN Pr   Al		CÓMO se hace	Se hace PARA	CON QUÉ se hace
A1.1 Clase expositiva de los principales conceptos de alimentación y nutrición	a,b	60'	x	x	Explicación de los principales conceptos de alimentación y nutrición, la clasificación de los alimentos según su función, y su reparto según raciones. Para ello, se ha seguido el libro de texto, y se han realizado cuestiones para comprobar que el alumnado comprende lo tratado.	Aportar conocimientos al alumnado desde un punto más técnico, dando a conocer los conceptos básicos de la unidad de trabajo.	En el aula propia Libro de texto Pizarra y tiza
A1. 2 Rueda de los alimentos	a,b	40'	x	x	Con la ayuda del alumnado, se ha dibujado la rueda de los alimentos en la pizarra, donde se han incluido datos esenciales de los conceptos tratados en A1.1. Posteriormente, se ha realizado un ejercicio oralmente clasificando diversos alimentos según su función y nutriente predominante.	Aportar al alumnado una visión más clara y esquemática de los conceptos tratados, con el objetivo de afianzarlos de manera más profunda.	En el aula propia Pizarra y tizas de colores Proyector Ordenador Aplicaciones informáticas (PowerPoint)
A1. 3 Plato de Harvard y Pirámide alimenticia	a,b	20'	x	x	Breve descripción de otros recursos utilizados en la promoción de la salud.	Dar a conocer información adicional sobre alimentación más actualizada y útil.	En el aula propia Proyector Ordenador Aplicaciones informáticas (PowerPoint)

Actividad					Metodología		Recursos
QUÉ se hace Tipo de actividad	Ob	T <sup>2</sup>	QUIÉN Pr   Al		CÓMO se hace	Se hace PARA	CON QUÉ se hace
A2. 1 Clase expositiva del equilibrio y metabolismo energético	a,b	40'	x	x	Explicación del temario mencionado siguiendo el libro de texto, y realizando cuestiones para comprobar que el alumnado comprende lo tratado.	Aportar conocimientos al alumnado desde un punto más técnico, dando a conocer conceptos de la unidad de trabajo.	En el aula propia Libro de texto Pizarra y tiza
A2. 2 Cálculo del valor y gasto energético	a,b	40'	x	x	Resolución de diversos problemas de valor y gasto energético por parte del alumnado, proyectados en la pizarra.	Comprender la teoría impartida y saber aplicarla a la realidad, conociendo el efecto de los factores que intervienen.	En el aula propia Libro de texto Pizarra y tiza Proyector Ordenador Aplicaciones informáticas (PowerPoint)



Actividad					Metodología		Recursos
QUÉ se hace Tipo de actividad	Ob	T <sup>2</sup>	QUIÉN Pr   Al		CÓMO se hace	Se hace PARA	CON QUÉ se hace
A3. Etiquetado nutricional	a,b	20'	x	x	Breve explicación del sistema de etiquetado nutricional mediante una presentación de PowerPoint, aportando datos importantes y útiles.	Aportar información nutricional de utilidad al alumnado, con el fin de que sepan distinguir un producto saludable de uno insano leyendo la etiqueta nutricional, y lo apliquen en su entorno personal y profesional, pero también en ellos mismos.	En el aula propia Proyector Ordenador Aplicaciones informáticas (PowerPoint)
A4. 1 Clase expositiva de los nutrientes del organismo humano	b	50'	x	x	Explicación del temario mencionado siguiendo el libro de texto, y realizando cuestiones para comprobar que el alumnado comprende lo tratado.	Aportar conocimientos al alumnado desde un punto más técnico, dando a conocer los distintos tipos de nutrientes y su información más relevante.	En el aula propia Libro de texto Pizarra y tiza

Actividad					Metodología		Recursos
QUÉ se hace Tipo de actividad	Ob	T <sup>2</sup>	QUIÉN Pr   Al		CÓMO se hace	Se hace PARA	CON QUÉ se hace
A4.2 Actividades de repaso - Mapa conceptual - Verdadero y falso - Unir columnas	a,b, c	50'	x	x	Con la ayuda del alumnado, se ha elaborado un mapa conceptual de todos los nutrientes y su clasificación. Posteriormente se han realizado dos ejercicios de repaso, proyectándolos en la pizarra, uno de verdadero y falso, y otro de unir columnas.	Asegurar que los conocimientos aportados han sido afianzados por el alumnado.	En el aula propia Libro de texto Pizarra y tiza Proyector Ordenador Aplicaciones informáticas (PowerPoint)
A5. 1 Clase expositiva de las dietas terapéuticas y sus indicaciones	a,b, c,d, e	30'	x	x	Explicación de las diferentes dietas terapéuticas mediante infografías (elaboradas junto a otra profesora de prácticas), y realizando cuestiones para comprobar que el alumnado comprende lo tratado.	Aportar conocimientos más técnicos al alumnado, dando a conocer los distintos tipos de dietas terapéuticas y sus indicaciones. Se han utilizado infografías para facilitar la adquisición de los conceptos clave de cada dieta de una forma más clara y esquemática.	En el aula propia Libro de texto Proyector Ordenador Aplicaciones informáticas (Canva)

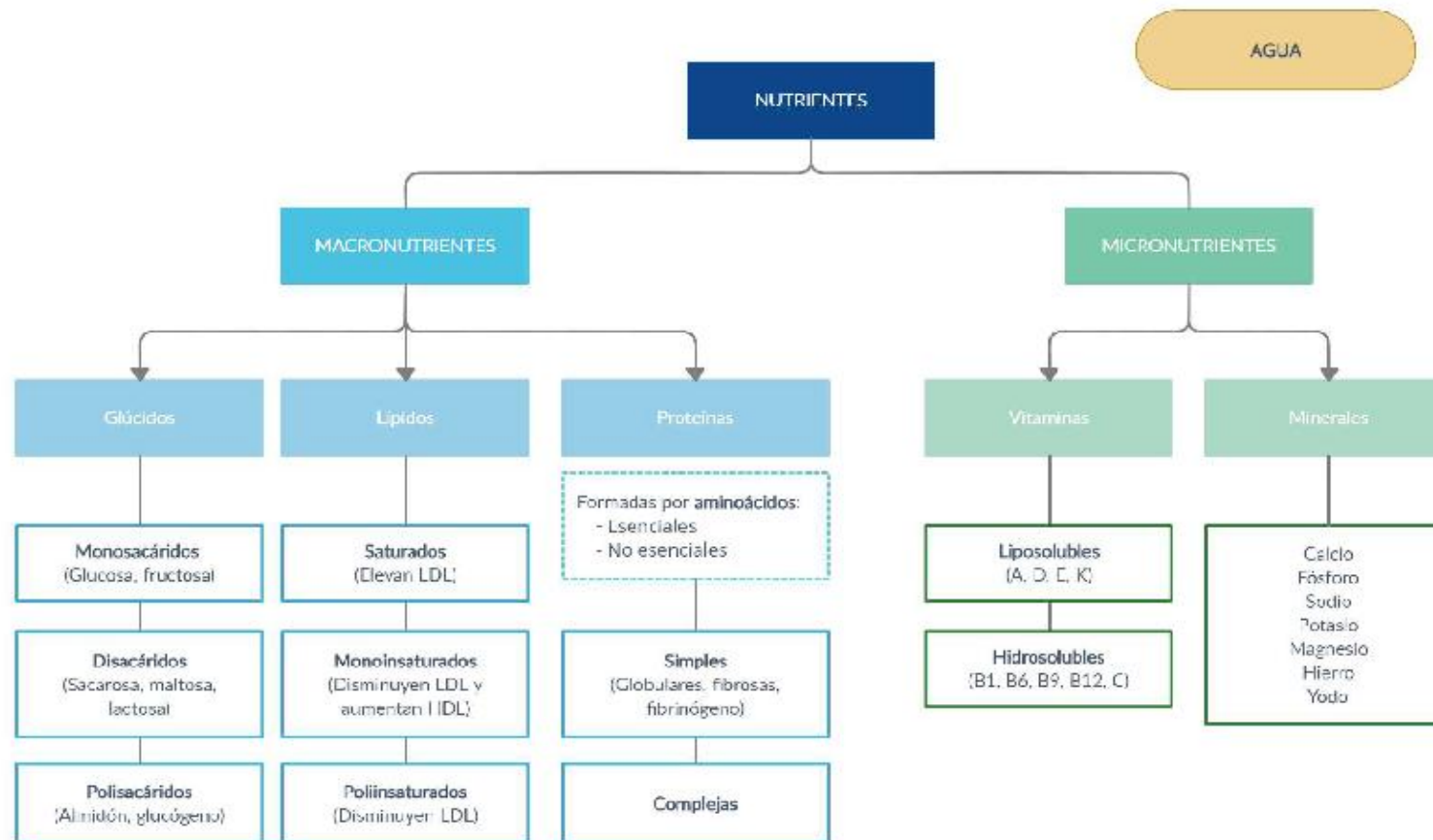
Actividad					Metodología		Recursos
QUÉ se hace Tipo de actividad	Ob	T <sup>2</sup>	QUIÉN Pr   Al		CÓMO se hace	Se hace PARA	CON QUÉ se hace
A5. 2 Auxiliar, ¿puedo comer lo que hay en mi bandeja?	a,b, c,d, e	80'	x	x	<p>Actividad de repaso utilizando la gamificación que consiste en lo siguiente:</p> <p>Antes de comenzar se le asigna a cada alumno un paciente con una de las dietas terapéuticas trabajadas previamente.</p> <p>Posteriormente, se proyectan una a una, diferentes bandejas isotérmicas con diversos menús.</p> <p>Es entonces cuando el alumnado dispone de un breve periodo de tiempo para analizar la bandeja y decidir si al paciente que le ha sido asignado, le podría dar ese menú.</p> <p>Pasado el tiempo, se realiza una cuenta atrás, y aquellos que consideren que su paciente puede ingerirla, deben ponerse de pie y explicar al resto de compañeros porque lo han decidido.</p> <p>Para aumentar la participación del alumnado, también es posible levantarse aunque no sea un menú adecuado para su paciente, si explican los cambios que harían para que fuese apto y porqué.</p>	Aplicar los conocimientos adquiridos teóricamente a la realidad que se van a encontrar en su futuro puesto laboral.	<p>En el aula propia</p> <p>Libro de texto</p> <p>Infografías</p> <p>Proyector</p> <p>Ordenador</p> <p>Aplicaciones informáticas (Canva, PowerPoint)</p>

Actividad					Metodología		Recursos
QUÉ se hace Tipo de actividad	Ob	T <sup>2</sup>	QUIÉN Pr   Al		CÓMO se hace	Se hace PARA	CON QUÉ se hace
A6. Kahoot!	a,b, c,d, e	40'	x	x	Realización de un cuestionario con la aplicación Kahoot! de manera individual, englobando todos los contenidos tratados en la unidad de trabajo. Posteriormente se han ido analizando cada una de las preguntas, asociándolas con otros conceptos de la unidad	Repasar todos los contenidos de la unidad de trabajo y afianzar aquellos que todavía no se comprendían. Y para aportarme información del grupo-clase y guiarme en el diseño del examen de la unidad.	En el aula propia Proyector Ordenador Conexión a Internet Aplicaciones informáticas (Kahoot!) Dispositivo con conexión a Internet (Cada alumno)
E1. Examen escrito UD10: Alimentación y Nutrición	a,b, c,d, e	100'	x	x	Examen teórico de la unidad de trabajo, en la que se incluyen preguntas tipo test, de completar huecos, unir columnas, y de respuesta corta.	Observar y calificar la adquisición de los conocimientos de la UD trabajada	Examen de la Unidad Didáctica "Alimentación y Nutrición" Papel y bolígrafo

## Anexo IV. Ejemplo de las infografías de las dietas terapéuticas



## Anexo V. Mapa conceptual de la clasificación de los nutrientes



## Anexo VI. Ejemplo de las actividades de repaso de la UD “Alimentación y Nutrición”

Ejercicios - Microsoft PowerPoint

Inicio Insertar Diseño Animaciones Presentación con diapositivas Revisar Vista PDF Architect 4 Creator

Cortar Copiar Pegar Copiar formato Portapapeles

Nueva diapositiva Eliminar Diapositivas

Diseño Restablecer Fuente

Dirección del texto Alinear texto Convertir a SmartArt Párrafo

Organizar Estilos rápidos Dibujar

Relleno de forma Contorno de forma Efectos de formas

Buscar Reemplazar Seleccionar Edición

Actividades

PIENSA UN ALIMENTO E INDICA LO SIGUIENTE:


1. ¿Cuál es su función?

- ☐ ENERGÉTICO
- ☐ FORMADOR O PLÁSTICO
- ☐ REGULADOR

2. ¿Qué nutriente predomina?

- Hidratos de carbono
- Proteínas
- Grasas
- Vitaminas y minerales

3. ¿A qué grupo de la rueda de alimentos pertenece?



Haga clic para agregar notas

Diapositiva 13 de 13 "Simple Blackboard Background by Slidesgo" Español (España, internacional) 80%

**Anexo VII.** Póster del Proyecto de Innovación Educativa presentado en las IV Jornadas de buenas prácticas docentes e investigación educativa “Del aula al máster”

# ALIMENTANDO NUESTRA SALUD

PROPUESTA DE INNOVACIÓN EDUCATIVA  
PROMOCIÓN DE LA SALUD EN  
RESIDENCIAS DE PERSONAS MAYORES

PAULA DEL CARMEN ESTEBAN HIGUERAS

## CONTEXTO

Colegio Escolapias Santa Engracia (Zaragoza)

1º Curso de CFGM de Técnico en Auxiliar de Enfermería, turno vespertino

¿Cuándo?: 3º Cuatrimestre  
Unidad Didáctica: Alimentación y Nutrición  
Módulo Profesional: Técnicas Básicas en Enfermería

## OBJETIVOS

1. 
2. 
3. 
4. 
5. 
6. 

## METODOLOGÍA

Proyecto intergeneracional basado en la metodología de Aprendizaje y Servicio, entre el alumnado de 1º de TCAE y una residencia de personas mayores.

**ACTIVIDAD 1. Auxiliar, ¿puedo comer lo que hay en mi bandeja?**  
Una de las funciones de los auxiliares de enfermería en las residencias es comprobar que la bandeja isotérmica de cada anciano lleva la dieta basal o terapéutica correcta. Por ello, la actividad consiste en:

- Asignar a cada alumno un anciano con una dieta terapéutica específica (Hipoglucémica, pobre en colesterol...)
- Mostrar bandejas isotérmicas con un menú en concreto.
- Indicación por parte de los alumnos si esa bandeja es apta para su anciano, y si no, que cambios harían.

**ACTIVIDAD 2. Elaboración del menú semanal para una residencia de ancianos**  
Se dividirán en siete grupos, cada uno encargado del menú de un día de la semana. Las fases de la actividad son:

- Por grupos, lluvia de ideas sobre el menú basal del día correspondiente, y creación del borrador.
- Formación de grupos heterogéneos compuestos por un miembro responsable de cada día + Debate sobre la elaboración del menú semanal final.
- Exposición del menú semanal al resto de la clase.
- Selección del menú que se llevará a la residencia.

**ACTIVIDAD 3. Taller sobre alimentación saludable**  
El alumnado visitará la residencia de ancianos y realizará un taller sobre alimentación saludable. Los encargados de llevarlo a cabo serán los alumnos del menú seleccionado, mientras que el resto será responsable de acompañar a las personas mayores que asistan al taller.

## RESULTADOS ESPERADOS

Con este proyecto intergeneracional, al estar formado por diversas actividades, se espera que el alumnado adquiera buenas competencias de cara a su futuro laboral. Y al mismo tiempo, que cause un impacto positivo en la población anciana de las residencias, aportándoles calidad de vida mediante una alimentación sana y equilibrada, y a través de la socialización con personas de fuera de la residencia, especialmente de otras generaciones.




**Anexo VIII.** Enlace al cuestionario de repaso de la aplicación Kahoot!:

<https://create.kahoot.it/share/ud-nutricion-y-alimentacion/d1dfb591-4584-4e87-b589-e6a4d8006b12>

**Anexo IX.** Temporalización de las actividades realizadas

Nº SESIÓN	DÍA	ACTIVIDAD	DURACIÓN
1	Lunes 22 marzo	C1. Cuestionario Análisis del grupo/clase	30'
2	Miércoles 14 abril	A1.1 Clase expositiva de los principales conceptos de alimentación y nutrición	60'
		A1.2 Rueda de los alimentos	40'
		A1.3 Plato de Harvard y Pirámide nutricional	20'
3	Viernes 16 abril	A2. 1 Clase expositiva del equilibrio y metabolismo energético	40'
		A2. 2 Cálculo del valor y gasto energético	40'
		A3. Etiquetado nutricional	20'
4	Lunes 19 abril	A4. 1 Clase expositiva de los nutrientes del organismo humano	50'
5	Martes 20 abril	A4.2 Actividades de repaso - Mapa conceptual - Verdadero y falso - Unir columnas	50'
6	Miércoles 21 abril	A5. 1 Clase expositiva de las dietas terapéuticas y sus indicaciones	30'
		A5. 2 Auxiliar, ¿puedo comer lo que hay en mi bandeja?	80'
		A6. Kahoot!	40'
7	Viernes 30 abril	E1. Examen escrito UD10: “Alimentación y Nutrición”	100'
8	Lunes 3 mayo	Revisión y corrección del examen	50'

## Anexo X. Examen resuelto de la UD10: Alimentación y Nutrición



**Colegio  
Escolapias  
Santa Engracia**

**UD Alimentación y nutrición**

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

Calificación: \_\_\_\_\_

1. Completa el siguiente texto con alguna de estas palabras. (0,75 pts)

Voluntario	Consciente	Educativo	Inconsciente	No educativo	Involuntario
------------	------------	-----------	--------------	--------------	--------------

La alimentación es el modo voluntario y consciente en que se proporciona al organismo las sustancias necesarias para su mantenimiento y desarrollo. Además, se trata de un proceso educativo para adquirir hábitos alimentarios saludables.

2. Relaciona los distintos alimentos con su función y la ración recomendada en un adulto sano. (1,50 pts)

Energético (1, II) <i>Dulces, arroz</i>	Yogur	Esporádico <i>dulces</i>
Formador o plástico (III, IV) <i>Cuscutas, yogur</i>	Dulces	3 - 6 raciones/día <i>Arroz</i>
Regulador (V, VI) <i>Pimientos</i>	Gulsantes	2-4 raciones/semana <i>Gulsantes</i>
	Pimientos	2 - 4 raciones/día <i>Yogur</i>
	Aceite de oliva	2 - 3 raciones/día <i>Pimientos</i>

3. Escribe el nombre de la dieta terapéutica e indica para qué paciente iría prescrita. (1,50 pts)

1) Dieta en la que se reducen los hidratos de carbono, pero no se eliminan totalmente por riesgo de cetosis.  
Dieta: hipoglucémica  
Paciente: diabético, diabetes

2) Dieta de bajo aporte calórico, con restricción de alimentos como dulces, grasas, cereales y bebidas alcohólicas.  
Dieta: hipocalórica  
Paciente: obesidad, sobrepeso

3) Dieta en la que se incluyen alimentos ricos en fibra y se aumentan los líquidos.  
Dieta: laxante  
Paciente: estreñimiento

4) Dieta en la que se disminuye parcial o totalmente el aporte de sal, y se suprimen alimentos como el embutido o las conservas.  
Dieta: hiposódica  
Paciente: hipertensión, cardiaco

5) Dieta en la que se suspende totalmente el aporte de alimentos y líquidos.  
Dieta: absoluta  
Paciente: síndrome de coma, cirugía, cirugía

5. Señala en la siguiente tabla con una X si son nutrientes o no, y si son calóricos o no calóricos. (1,50 pts: 0,1 pts cada cruz)

	Nutriente	No nutriente	Calórico	No calórico
Fibra		X	X	
Minerales	X			X
Proteínas	X		X	
Lípidos	X		X	
Hidratos de carbono	X		X	
Vitaminas	X			X
Etanol		X	X	

TEST (0,30 pts cada pregunta)

1. ¿Cuál de las siguientes vitaminas es liposoluble?

a) Vitamina C  
b) Vitamina B6  
c) Vitamina K  
d) Vitamina B12

2. Indica cuál de las siguientes afirmaciones es FALSA

a) La rueda de los alimentos es un recurso muy útil para la educación relacionada con la correcta alimentación de las personas.

b) Existen diversas formas de alimentarse, pero sólo una de nutrirse.

c) La alimentación equilibrada es exactamente lo mismo que la alimentación saludable.

d) Los nutrientes se clasifican en macronutrientes y micronutrientes.

3. ¿Qué nutriente predomina en los huevos?

a) Hidratos de carbono  
b) Proteínas  
c) Minerales y vitaminas  
d) Grasas

4. Indica la función de la vitamina K en el organismo

a) Protege la piel y mucosas  
b) Metabolismo del calcio y del fósforo  
c) Participa en la coagulación sanguínea  
d) Metabolismo de los carbohidratos

5. ¿Qué dieta tendría que seguir un paciente ingresado por quemaduras?

a) Dieta pobre en colesterol  
b) Dieta hiperproteica  
c) Dieta hiposódica  
d) Dieta para intolerancia a la lactosa

6. El valor energético de las proteínas es de:

a) 4 kcal/g  
b) 7 kcal/g  
c) 9 kcal/g  
d) 2 kcal/g

7. Indica cuál de los siguientes conceptos es un componente del gasto energético.

a) Acción dinámica de los alimentos (ADF)  
b) Actividad física  
c) Metabolismo basal  
d) Todas son correctas

8. Indica cuál es la cantidad adecuada de cereales para un adulto sano

a) 4 - 6 raciones/día  
b) 2 - 4 raciones/semana  
c) 1 - 2 raciones/día  
d) 4 - 6 raciones/semana

9. Indica la afirmación que sea FALSA

a) El almidón es la principal reserva energética del mundo vegetal  
b) La proteína de alto valor biológico es aquella que contiene todos los aminoácidos esenciales  
c) Los lípidos participan en la digestión, absorción y transporte de las vitaminas liposolubles  
d) Las proteínas corresponden al grupo I y II de la rueda de los alimentos

10. ¿En qué alimento se encuentra la vitamina B12?

a) Frutas y hortalizas  
b) Alimentos de origen animal  
c) Cereales y legumbres  
d) Todas son correctas