



Memoria final

Proyectos de Innovación Docente 2023-2024

1. Identificación del proyecto

Título:	CUÍDATE: actividades de formación para la atención a la salud en la Facultad de Ciencias de la Salud
Programa:	PIEC (Programa de Innovación Estratégica de Centros)
Centro:	Facultad de Ciencias de la Salud

2. Coordinadores del proyecto

Coordinador	Elena Estebanez de Miguel
Correo electrónico	elesteba@unizar.es
Departamento	Departamento de Fisiatría y Enfermería
Centro	Escuela de Doctorado, Facultad de Ciencias de la Salud

3. Resumen del proyecto

Uno de los compromisos del equipo decanal de la Facultad de Ciencias de la Salud, recogido en la acción AE-12 de su plan estratégico (https://fcs.unizar.es/sites/fcs/files/archivos/plan_estrategico_fcs_2021-2024.pdf), es promover el desarrollo de actividades de formación de atención para la salud dirigidas a todas las personas vinculadas a la Facultad.

El proyecto docente que se presenta tiene como objetivo diseñar y realizar actividades complementarias de formación de contenidos de atención para la salud que se prepararán en diferentes asignaturas de las tres titulaciones del grado y serán impartidas por estudiantes y personal docente e investigador. Estas actividades complementarias de formación estarán dirigidas a estudiantes de todas la titulaciones de la Facultad, personal docente e investigador y personal técnico, de gestión, y de administración y servicios.

La temática de las actividades de formación serán: principios básicos para el manejo del desfibrilador de la Facultad, cómo desarrollar la resiliencia, control postural y principios ergonómicos, autoconocimiento y prevención de disfunciones del suelo pélvico y prevención del dolor cervical.

4. Participantes en el proyecto

Nombre y apellidos	Correo electrónico	Departamento	Centro
Alberto Lekuona Amiano	lekuona@unizar.es	Departamento de Métodos Estadísticos	Instituto Universitario de Investigación de Matemáticas y Aplicaciones (IUMA), Facultad de Ciencias de la Salud
Ana Isabel García Carabantes	aigarcia@unizar.es		Facultad de Ciencias de la Salud
Ana Victoria Belloso Alcay	abelloso@unizar.es	Departamento de Fisiatría y Enfermería	Facultad de Ciencias de la Salud
María Ángeles Franco Sierra	mafranco@unizar.es	Departamento de Fisiatría y Enfermería	Facultad de Ciencias de la Salud
María Gema Puig Esteve	gpuig@unizar.es	Departamento de Fisiatría y Enfermería	Escuela de Doctorado, Facultad de Educación, Facultad de Ciencias de la Salud
Pilar Pardos Aguilera	ppardos@unizar.es	Departamento de Fisiatría y Enfermería	Facultad de Ciencias de la Salud
Santos Caudevilla Polo	scp@unizar.es	Departamento de Fisiatría y Enfermería	Facultad de Ciencias de la Salud

5. Rellene, de forma esquemática, los siguientes campos a modo de ficha-resumen del proyecto

Otras fuentes de financiación sin detallar cuantía

No

Tipo de proyecto (Experiencia, Estudio o Desarrollo)

Experiencia

Contexto de aplicación/Público objetivo (titulación, curso...)

Curso 3º de grado de Fisioterapia

Curso académico en que se empezó a aplicar este proyecto

2023-2024

Interés y oportunidad para la institución/titulación

Interés para realizar actividades divulgativas de interés para la comunidad universitaria de contenidos desarrollados en asignaturas de 3º y 4º curso para el cuidado de la salud.

Métodos/Técnicas/Actividades utilizadas

Diseño y realización de sesiones para el cuidado de la salud.

Tecnologías utilizadas

Presentaciones visuales de apoyo durante la sesión.

Tipo de innovación introducida: qué soluciones nuevas o creativas desarrolla

Los alumnos desarrollan y presentan consejos de salud relacionados con diferentes áreas temáticas. Los alumnos integran y presentan a la comunidad universitaria contenidos trabajados en la asignatura. Estos contenidos se engloban en un programa de educación para la salud.

Impacto del proyecto

Las sesiones han sido muy bien valoradas por los asistentes por el interés de los contenidos. Los alumnos también valoraron muy positivamente la experiencia al tener que adaptar los contenidos abordados en clase a un formato divulgativo similar a los desarrollados en los programas de educación para la salud en centros asistenciales.

Características que lo hacen sostenible

Proyecto sencillo, muy bien aceptado por alumnos y asistentes a las sesiones que no requiere de recursos adicionales para su desarrollo.

Posible aplicación a otras áreas de conocimiento

Es totalmente aplicable a toda la titulación y al resto de titulaciones de ciencias de la salud.

6. Contexto del proyecto

Necesidad a la que responde el proyecto, mejoras obtenidas respecto al estado del arte, conocimiento que se genera.

El proyecto nació por la necesidad de diseñar acciones formativas para que lo/as alumno/as y futuro/as profesionales de la salud aprendan a trabajar y exponer programas de educación para la salud, se fomente la interacción de lo/as profesionales de las diferentes titulaciones, se consoliden las relaciones entre las personas vinculadas a la facultad y se cubran las necesidades muchos compañeros y alumnos de dar un servicio social a la comunidad más próxima.

El proyecto ha cubierto las necesidades detectadas. Se han organizado sesiones para el cuidado de la salud en la titulación de fisioterapia abiertas al resto del alumnado de la titulación, al personal técnico de gestión y administración y servicios y al personal docentes e investigador de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Lo/as alumno/as de 3º y 4º curso del grado de Fisioterapia en base a contenidos desarrollados previamente en las asignaturas de "Métodos de Fisioterapia en procesos ortopédicos, uroginecológicos y en obstetricia", "Fisioterapia en dermatología, uroginecología y en obstetricia" y "Fisioterapia en traumatología, reumatología y deporte", han diseñado sesiones de educación para la salud para dar cuidados de salud relacionados con estas áreas. El diseño y desarrollo de actividades de cuidado de salud es una competencia profesional del fisioterapeuta.

La participación de personal docente e investigador de la titulación y de otras titulaciones de la facultad ha permitido establecer interacciones para diseñar futuras sesiones de educación para la salud de carácter interdisciplinar.

El personal técnico de gestión y administración y servicios de la Facultad que participó en las sesiones valoraron muy positivamente la experiencia debido al interés de los contenidos abordados, la utilidad de los mismos y la sencillez con la que fueron presentados por lo/as alumno/as.

7. Objetivos iniciales del proyecto

Qué se pretendía obtener cuando se solicitó el proyecto.

El objetivo general del proyecto era diseñar y realizar actividades complementarias de formación de contenidos de atención para la salud relacionadas con diferentes asignaturas de las tres titulaciones del grado, que fuesen impartidas por estudiantes y estuviesen dirigidas a estudiantes, personal

docente e investigador y personal técnico, de gestión y de administración y servicios de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Los objetivos específicos del proyecto eran:

- dotar de competencias transversales y específicas a los estudiantes para diseñar, desarrollar y participar en la exposición de programas de educación para la salud en sus disciplinas.
- fomentar la interacción de lo/as profesionales de las diferentes titulaciones.
- consolidar las relaciones entre las personas vinculadas a la Facultad de Ciencias de la Salud.
- cubrir las necesidades del estudiantado y profesorado de dar un servicio social a la comunidad más próxima.

En base a los objetivos propuestos, a continuación se detalla el cumplimiento de los mismos.

Los objetivos propuestos se han cumplido aunque este curso los programas de educación han sido impartidos por alumnos de la Titulación de Fisioterapia, aunque para su preparación han participado profesores de otras titulaciones.

Las sesiones de cuidados para la salud han formado parte de la evaluación de las asignaturas implicadas. El 100% de los alumnos matriculados en las asignaturas relacionadas, superaron la evaluación de esta competencia.

Para el diseño del programa los alumnos contaron con apoyo de profesora/es de diferentes titulaciones ya que eran programas completos, con consejos no solo de fisioterapia sino también nutricionales.

Las sesiones estaban dirigidas al alumnado, personal docente e investigador y personal técnico, de gestión y de administración y servicios de la Facultad de Ciencias de la Salud. Se hizo llamamiento previo por los canales habituales de difusión de la Facultad y se informó de ellas a través del boletín mensual de la Facultad. Sin duda alguna, el personal técnico, de gestión y de administración y servicios de la Facultad de Ciencias de la Salud participó de forma muy activa en las sesiones, siendo los usuarios que más asistieron.

Lo/as alumno/as han podido comprobar la necesidad y el interés de la comunidad por los programas de salud y se ha fomentado y trabajado el servicio a la comunidad de la profesión de Fisioterapia.

8. Métodos de estudio/experimentación y trabajo de campo

Métodos/técnicas utilizadas, características de la muestra, actividades realizadas por los estudiantes y el equipo, calendario de actividades.

A continuación se presenta por orden cronológico el calendario de actividades realizadas en relación al proyecto.

Septiembre de 2023:

- reunión de profesores participantes. Reparto de tareas, planificación de sesiones y contenidos de sesiones.
- impartición de contenidos sobre cómo desarrollar un programa de educación para la salud alumnos de asignaturas participantes.

Octubre de 2023:

- diseño de grupos de trabajo, asignación de tutor a cada grupo de trabajo y temáticas de los programas de educación para la salud.
- impartición de contenidos relacionados con los programas de salud en las asignaturas implicadas.

Noviembre de 2023:

- presentación e invitación del proyecto a la comunidad universitaria de la facultad de ciencias de la salud. Invitación a la sesión 1

Sesión 1, 12 de noviembre de 2023: : Cuidados de salud relacionados con la asignatura Fisioterapia en dermatología, uroginecología y obstetricia. Lo/as alumno/as presentan los siguientes programas de cuidados de salud :

Cuidados de una cicatriz.

Autodrenaje linfático de cara.

Ejercicio durante el embarazo.

¿Cuándo empezar a hacer ejercicio físico tras el parto?

Consejos para favorecer la defecación (masajes, postura, alimentación..)

Dispositivos para evitar escapes de orina.

Enuresis en niños, consejos prácticos.

Posturas y consejos para favorecer el orgasmo femenino.

- encuesta de satisfacción a participantes y estudiantes.

Diciembre de 2023:

- presentación e invitación del proyecto a la comunidad universitaria de la facultad de ciencias de la salud. Invitación a la sesión 2.

Sesión 2, 11 de diciembre de 2023 : Cuidados de salud relacionados con la asignatura Métodos de Fisioterapia en procesos ortopédicos, uoginecológicos y en obstetricia. Lo/as alumno/as presentan los siguientes programas de cuidados de salud

¿Para qué sirve la fisioterapia de la mujer o fisioterapia del suelo pélvico?

Cómo contraer correctamente el suelo pélvico.

Consejos para elegir un ejercitador del suelo pélvico con biofeedback.

Masajeadores del suelo pélvico con y sin vibración.

Cómo usar las bolas chinas para fortalecer el suelo pélvico femenino.

¿Qué son los ejercicios hipopresivos? ¿Puedo hacerlos?

Beneficios del pilates en la reeducación del suelo pélvico.

Cómo evitar que tenga un escape al reír, estornudar, toser....

- encuesta de satisfacción a participantes y estudiantes.

- Publicación y difusión del proyecto.

9. Conclusiones del proyecto

Conclusiones: lecciones aprendidas, impacto.

Como se expone en los apartados 7 y 11 de la presente memoria final, se han alcanzado los objetivos propuestos.

Para su realización se han utilizado los recursos disponibles en la Facultad de Ciencias de la Salud y el Departamento de Fisiatría y Enfermería (departamento responsable de las asignaturas vinculadas al proyecto).

10. Continuidad y Expansión

Transferibilidad (que sirva como modelo para otros contextos),

Sostenibilidad (que pueda mantenerse por sí mismo), Difusión realizada .

Los resultados del proyecto, y la alta valoración de los diferentes agentes participantes en las titulaciones de la Facultad de Ciencias de la Salud, garantiza la continuidad del proyecto en cursos sucesivos.

Es una actividad que permite evaluar competencias, que favorece el sentido de atención a la comunidad y la interacción con usuarios y otros profesionales de la Facultad. Creemos firmemente que se trabajan valores muy importantes para los fisioterapeutas por lo que el próximo curso seguirán diseñándose actividades similares.

Se ha hecho difusión de las sesiones a través del instagram de la facultad @fcienciassalud_unizar, y el boletín mensual de la Facultad de Ciencias de la Salud iFCSalud.

11. Resultados del proyecto indicando si son acordes con los objetivos planteados en la propuesta y cómo se han comprobado

Método de evaluación, Resultados.

Tal y como se ha expuesto previamente en el apartado de objetivos, se han cumplido los objetivos previamente planteados. A continuación se aportan las evidencias de demuestran la consecución de los objetivos específicos propuestos en el proyecto.

- El 100% de los alumnos matriculados en las asignaturas relacionadas, superaron la evaluación de esta competencia. Evidencia: calificaciones de las asignaturas Métodos de Fisioterapia en procesos ortopédicos, uroginecológicos y en obstetricia y Fisioterapia en dermatología, uroginecología y en obstetricia.
- Todos los profesores participantes en el proyecto colaboraron en la supervisión previa de los programas de salud que se presentaron en las sesiones.
- Se invitó a participar a todos los agentes implicados en las titulaciones de la Facultad de Ciencias de la Salud. Aproximadamente el 70% del personal técnico de gestión y administración y servicios de la Facultad de Ciencias de la Salud asistieron a las sesiones organizadas. Junto con la administradora del centro se acordó un horario para la realización de las sesiones que permitiese asistir al personal técnico de gestión y administración y servicios, asegurando los servicios. Evidencia , número de asistentes a las sesiones: sesión 1: 15 participantes, sesión 2: 12 asistentes.
- Lo/as alumno/as han podido comprobar la necesidad y el interés de la comunidad por los programas de salud y se ha fomentado y trabajado el servicio a la comunidad de la profesión de Fisioterapia. Se realizó una encuesta de satisfacción con la actividad al final de la misma. Evidencia : el 75% de los alumnos valoraron con la máxima puntuación (5) su grado de satisfacción con la

actividad realizada. El 92% consideró la actividad de interés y necesaria para su formación.