

# MEMORIA FINAL<sup>1</sup>

## Compromisos y Resultados

### Proyectos de Innovación y Mejora Docente

#### 2023/2024

Identificación del proyecto	
Código	sol-202300256952-tra
Título	Cuidar-te: Diseño y aplicación de un programa de mejora de competencias actitudinales de los alumnos para la promoción de hábitos de vida saludable
Responsable	Mercedes A. Deudero Sánchez

1. Describa los resultados obtenidos a la luz de los objetivos y compromisos que adquirió en la solicitud de su proyecto. Incluya tantas tablas como objetivos contempló.

Objetivo nº 1	<i>Diseñar la propuesta de investigación de cada grupo de alumnado</i>
Actividades que había previsto en la solicitud del proyecto:	<p><i>El proyecto consiste en una <b>investigación a nivel de grupo-clase</b>. Para su desarrollo, se planteó formar grupos de 8 a 10 integrantes. Cada grupo tenía que realizar una revisión en bases de datos que respondiera a una pregunta de investigación relacionada con la influencia de las actitudes en los hábitos de vida, promoción de la salud y mantenimiento de hábitos de vida saludables. De manera inicial se crearon los grupos y se dieron las indicaciones para el desarrollo del proyecto. Las dos primeras sesiones se dedicaron a la definición de cada grupo y proyecto: nombre del proyecto-investigación, interrogantes concretos que se plantean responder, orientaciones de la literatura a revisar. Es en este objetivo en el que se va a llevar a cabo una colaboración entre el alumnado y las profesoras responsables de la asignatura de los campus de Cádiz y de Jerez, por lo tanto, los bloques de investigación, así como los interrogantes a responder, se concretarán en sinergia con ambos campus. La innovación se llevó a cabo dentro de la asignatura de Salud y Medioambiente en el Campus de Cádiz del Grado en Enfermería que se imparte en el primer curso de la Titulación, y en la asignatura Salud, Dependencia y Vulnerabilidad Social del Grado de Trabajo Social que se imparte en el Tercer curso de la Titulación.</i></p> <p><i>Previamente al inicio del proyecto se les pasó una encuesta sobre hábitos de vida (Test de Autoevaluación sobre estilos de vida: FANTASTICO (Familia, Amigos, Actividad física, Tabaco,</i></p>

<sup>1</sup> Esta memoria no debe superar las 6 páginas.

	<i>Alcohol, Sueño, Estrés, Tipos de personalidad, Conducción, Trabajo y otras drogas).</i>
Actividades realizadas y resultados obtenidos:	<i>Esta primera fase transcurrió sin ningún problema. En primer lugar, los alumnos se agruparon según las indicaciones de las profesoras, que dieron flexibilidad para formar el número de alumnos por grupo, según el total de participantes. Una vez agrupados, los alumnos enfocaron el tema sobre el que iban a trabajar, en base a sus gustos, inquietudes o experiencias. A partir de aquí los alumnos plantearon los interrogantes a los que iban a responder y, con la ayuda de las profesoras, comenzaron a elaborar la ecuación de búsqueda que iban a utilizar para realizar su investigación. En esta fase se observó cómo los alumnos mostraron curiosidad por investigar, así como sorprendieron con enfoques muy diferentes al tema común que se les ofrece para realizar la investigación.</i>

<b>Objetivo nº 2</b>	
	<i>Identificar y estructurar los factores, habilidades, recursos y estrategias que intervienen en la promoción y mantenimiento de hábitos saludables</i>
Actividades que había previsto en la solicitud del proyecto:	<i>La recolección de la información será a través de revisiones bibliográficas en diferentes bases de datos de áreas de conocimiento diversas. Para ello deberán definir los criterios de búsqueda bibliográfica siguiendo la declaración PRISMA, así como la elaboración y formulación de las preguntas de investigación que deberán responder a los contenidos y aprendizajes a alcanzar que se plantean en la programación de la asignatura.</i>
Actividades realizadas y resultados obtenidos:	<i>En esta fase el alumnado, según las indicaciones recibidas, empezó a recolectar la información y a desarrollar un borrador donde se reflejará la misma. Tras esto, las profesoras llevaron a cabo un análisis de la calidad de la investigación realizada por el alumnado participante. Para ello, se analizaron los informes que estos habían realizado, teniendo en cuenta la declaración PRISMA para valorar la calidad de los mismos. Una vez realizado este análisis, en la siguiente sesión, las profesoras se reunieron con cada uno de los grupos participantes para que recibieran una retroalimentación, con los puntos fuertes y débiles de su trabajo, ofreciéndoles la oportunidad de realizar una mejora de los mismos de cara a la presentación de los resultados.</i>

<b>Objetivo nº 3</b>	
	<i>Estructurar la información, para realizar la propuesta final por el grupo</i>
Actividades que había previsto en la solicitud del proyecto:	<i>Organizar la información recolectada y preparar el documento final para la exposición.</i>
Actividades realizadas y resultados obtenidos:	<i>En base a este borrador inicial y teniendo en cuenta los comentarios recibidos por parte de las profesoras, los alumnos utilizaron las sesiones restantes para organizar entre todos los integrantes de cada grupo la información recabada por cada uno de ellos. Utilizando</i>

	<i>esta información prepararon el documento y presentación final para la exposición en clase.</i>
<b>Objetivo nº 4</b>	<i>Presentar un informe grupal final que englobe los resultados de todos los grupos y difundirlos a través de una exposición grupal.</i>
Actividades que había previsto en la solicitud del proyecto:	<i>Como resultado final, crearán y entregarán un informe en el que se contemplen la integración de los resultados obtenidos por los distintos grupos, así como una exposición de cada uno de los grupos, lo que permitirá compartir y debatir los resultados de todos, adquiriendo una perspectiva complementaria y colaborativa.</i>
Actividades realizadas y resultados obtenidos:	<i>En esta fase, los alumnos desarrollaron el documento final, cumpliendo con los requisitos que se habían establecido. Asimismo, llevaron a cabo una presentación que se expuso en clase, de tal forma que se pusieron en común todos los enfoques que se habían establecido en los diferentes grupos y se generó un debate y unas conclusiones comunes sobre el tema trabajado. A pesar de que el tema común del proyecto era hábitos y estilos de vida en los jóvenes y promoción de la salud, cada grupo le dio un enfoque diferente y también se observó diferencia entre los alumnos de Enfermería y los de Trabajo social.</i>
<b>Objetivo nº 5</b>	<i>Valoración y eficacia de la propuesta de innovación docente en el alumnado</i>
Actividades que había previsto en la solicitud del proyecto:	<i>Para medir la eficacia de la propuesta vamos a emplear tres instrumentos. El primer instrumento de percepción y satisfacción de los aprendizajes, se pasará al inicio, y al finalizar, lo que nos permitirá conocer la valoración personal que el alumnado considera. A su vez, vamos a complementarlo con el uso de un cuestionario sobre hábitos de vida (Test de Autoevaluación de estilos de vida: FANTASTICO(Familia, Amigos, Actividad Física, Tabaco, Alcohol, Sueño, Estrés, Tipo de Personalidad, Conducción, Trabajo y otras drogas) para comprobar si la intervención realizada ha influido en la mejora de los hábitos de vida de los propios alumnos</i>
Actividades realizadas y resultados obtenidos:	<i>Los alumnos han podido comprobar cómo deben ser los hábitos de vida saludables y aplicarlos a sí mismos. En base a los resultados obtenidos, se puede afirmar que la innovación ha tenido un efecto positivo en los hábitos de vida de los participantes, dándose una mejora significativa de los mismos una vez transcurrido el tiempo, que se ha podido comprobar en la encuesta final. Además, los alumnos han adquirido la capacidad de realizar búsquedas bibliográficas de calidad</i>

2. Realice una breve valoración sobre la influencia del proyecto ejecutado en la evolución de las asignaturas implicadas.

**Análisis del impacto de la innovación en las asignaturas relacionadas con el proyecto**

El desarrollo de la innovación en la asignatura ha tenido un resultado positivo en varios aspectos. Por un lado, se ha trabajado el ODS 3: Salud y bienestar. Esto se ha trabajado a través del tema tratado en la innovación: los hábitos de salud en los jóvenes en la actualidad. Los alumnos han investigado por sí mismos cómo es el estado actual de estos hábitos de vida entre los jóvenes, cada uno con un enfoque diferente, lo que les ha permitido abarcar y profundizar en más aspectos, al haber una puesta en común final. Los alumnos también han podido comprobar cómo deben ser estos hábitos de vida saludables y aplicarlos a sí mismos, así como podrán hacerlo en su futura práctica profesional. En base a los resultados obtenidos, se puede afirmar que la innovación ha tenido un efecto positivo en los hábitos de vida de los participantes, dándose una mejora significativa de los mismos una vez transcurrido el tiempo. Además, los alumnos han adquirido la capacidad de realizar búsquedas bibliográficas de calidad, lo cual es beneficioso para todas las asignaturas que van a cursar en el grado, especialmente para el desarrollo del TFG, y también es muy importante que sepan buscar y valorar la evidencia científica de cara a su futura práctica profesional, de tal forma que sean capaces de construir un pensamiento crítico y una práctica basada en la evidencia.

3. Incluya en la siguiente tabla el número de alumnos matriculados y el de respuestas recibidas en cada opción y realice una valoración crítica sobre la influencia que el proyecto ha ejercido en la opinión de los alumnos.

<b>Opinión de los alumnos al inicio del proyecto</b>				
Número de alumnos matriculados:				
Asignatura Medioambiente y salud: 101 alumnos				
Asignatura Salud, Dependencia y Vulnerabilidad social: 98 alumnos				
<i>Valoración del grado de dificultad que cree que va a tener en la comprensión de los contenidos y/o en la adquisición de competencias asociadas a la asignatura en la que se enmarca el proyecto de innovación docente</i>				
Ninguna dificultad	Poca dificultad	Dificultad media	Bastante dificultad	Mucha dificultad
0	0	71	112	16
<b>Opinión de los alumnos en la etapa final del proyecto</b>				
<i>Valoración del grado de dificultad que ha tenido en la comprensión de los contenidos y/o en la adquisición de competencias asociadas a la asignatura en la que se enmarca el proyecto de innovación docente</i>				
Ninguna dificultad	Poca dificultad	Dificultad media	Bastante dificultad	Mucha dificultad
0	24	124	47	4
<i>Los elementos de innovación y mejora docente aplicados en esta asignatura han favorecido mi comprensión de los contenidos y/o la adquisición de competencias asociadas a la asignatura</i>				
Nada de acuerdo	Poco de acuerdo	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	Muy de acuerdo	Completamente de acuerdo
0	15	71	75	38
<b>En el caso de la participación de un profesor invitado</b>				
<i>La participación del profesor invitado ha supuesto un gran beneficio en mi formación</i>				

Nada de acuerdo	Poco de acuerdo	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	Muy de acuerdo	Completamente de acuerdo
0	13	60	71	55

#### Valoración crítica sobre la influencia que ha ejercido el proyecto en la opinión de los alumnos

De forma general, los alumnos comenzaban, al ver el planteamiento de la actividad, con una idea preconcebida de que los contenidos iban a ser dificultosos de comprender. Con el desarrollo de la actividad, estos en su mayoría cambian de opinión resultando más sencilla la comprensión final de los conocimientos adquiridos. De igual forma, los alumnos en su mayoría están de acuerdo con que la innovación ha favorecido la comprensión de estos conocimientos, así como la participación de las profesoras.

4. Describa las medidas de difusión a las que se comprometió en la solicitud y las que ha llevado a cabo<sup>2</sup>.

#### Descripción de las medidas comprometidas en la solicitud

El resultado final obtenido, será difundido entre el profesorado y estudiantado a través de las herramientas de notificación habituales: uso de TAVIRA, envío a los correos de profesorado externo a la UCA que puedan verse interesados en la temática. También será difundido a través de la página Web del INDESS, por último, se pretende publicar los resultados obtenidos a nivel de investigación, tanto en congresos como en revistas científicas especializadas.

#### Descripción de las medidas que se han llevado a cabo

Tras la obtención de los datos y el análisis de los mismos, se está elaborando un artículo científico en el que se describe el diseño de la investigación, así como los resultados derivados de la misma, es decir, la repercusión que la intervención ha tenido en los hábitos de vida de los participantes en la misma. Este artículo va a ser enviado a una revista de relevancia dentro del área de estudio. Por otro lado, estos resultados serán difundidos entre el profesorado y estudiantado haciendo uso del medio de notificación disponible en la UCA: TAVIRA. De igual forma, se va a incluir una noticia en la página web del INDESS, al cual pertenecen las investigadoras participantes en el proyecto, que informe sobre la repercusión de dicha investigación.

<sup>2</sup> Si en la solicitud no indicó compromiso de difusión de resultados este criterio no se tendrá en cuenta en la evaluación