

MEMORIA FINAL INNOVA¹
COMPROMISOS Y RESULTADOS PROYECTOS
DE INNOVACIÓN Y MEJORA DOCENTE
2024/2025

Identificación del proyecto	
Código	sol-202400285103-tra
Título	GRASA: IDEAS RADICALES
Responsable	Cristina Casals Vázquez

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	Buscar, resumir y exponer información
Actividades que había previsto en la solicitud del proyecto:	<i>En pequeños grupos el alumnado buscará información y realizarán una pequeña exposición oral. Se valorarán el número de fuentes consultadas (considerándose un buen resultado que se hayan utilizado 4 o más fuentes).</i>
Actividades realizadas y resultados obtenidos:	<i>Resumen: actividades realizadas en su totalidad, resultados moderadamente positivos, pero se trabajó en ello durante el curso solventándose. Descripción: Se realizó la tarea con exposiciones orales de los grupos. No obstante, los resultados en cuanto a utilización de fuentes fueron moderadamente positivos ya que un 43% de los grupos utilizó menos de 4 fuentes. Se detectó que algunos grupos cogían las fuentes indirectas de un artículo (sin consultar la fuente directa) o que pedían las fuentes a chatGPT. En base a esto, se realizó un ejercicio que se llamó "la trazabilidad de la información" donde se vieron varios ejemplos de errores en artículos publicados en JCR y así pudieran ver la relevancia de acudir a la fuente directa.</i>

Objetivo nº 2	Adquirir capacidad crítica en el análisis de la información
Actividades que había previsto en la solicitud del proyecto:	<i>En un debate en clase teórica se promoverá esta capacidad crítica. Se valorará como un resultado positivo si por cada grupo al menos surgen 1 o 2 preguntas sobre la información que han buscado y que sospechen que pueda ser errónea o presentar la información parcialmente dando lugar a error.</i>

¹ Esta memoria no debe superar las 6 páginas.

Actividades realizadas y resultados obtenidos:	<i>Resumen: actividades realizadas en su totalidad, resultados excelentes.</i> <i>Descripción:</i> <i>Esta actividad se ha realizado con resultados por encima de lo esperado (más de 2 preguntas siempre). Ha sido un grupo muy participativo y los debates han sido muy enriquecedores. Han comprendido que hay “matices de grises” y que, en nutrición en la actividad físico-deportiva, las cosas se matizan de acuerdo al contexto. El alumnado ha debatido en cada uno de los temas, demostrando que han comprendido que no hay un alimento malo ni un alimento bueno per se.</i>
--	--

Objetivo nº 3	Realizar un diseño de investigación
Actividades que había previsto en la solicitud del proyecto:	<i>Por cada pregunta se realizará un diseño de investigación que sea capaz de responder a sus dudas y se realizarán las medidas en el laboratorio. Estas medidas se harán en pequeños grupos, pero se irán compartiendo los resultados con el gran grupo. Se analizará el grado de satisfacción con esta práctica y se considerará un resultado muy positivo si esta es mayor de 4 puntos sobre 5.</i>
Actividades realizadas y resultados obtenidos:	<i>Resumen: actividades realizadas en su totalidad, resultados moderadamente positivos y se analizaron las causas.</i> <i>Descripción:</i> <i>Se han realizado las prácticas (y vídeos divulgativos, infografías y gráficas en la web), pero sus resultados son moderadamente positivos (3.8 sobre 5). A la hora de realizar el análisis se vio que la mayor parte del alumnado le otorgaba un 4 o un 5 pero había un grupo que lo valoró más negativamente. Se analizaron las causas y principalmente parecían ser debidas a la necesidad de desplazamiento e imposibilidad de encontrar aparcamiento cercano gratuito. Esto se podrá tener en cuenta si en algún momento se plantea un proyecto similar intentando solicitar algún espacio en el propio campus.</i>

Objetivo nº 4	Ser capaz de realizar un proyecto de difusión científica
Actividades que había previsto en la solicitud del proyecto:	<i>Todo el grupo de clase trabajará como una empresa de divulgación científica a la sociedad, deberán realizar un proyecto en el que estudien qué vía de comunicación elegirán, qué contenidos van a difundir (con lo cual ellos también van a tener ese aprendizaje), gestionar la red social o página web o similar, etc. Se considerará un resultado positivo en función del número de visitas o interacciones o seguidores (dependiendo del medio).</i>
Actividades realizadas y resultados obtenidos:	<i>Resumen: actividades realizadas en su totalidad, resultados excelentes.</i> <i>Descripción:</i>

	<i>El alumnado escogió el diseño y publicación de una página web alegando que sería más cómodo para el trabajo colaborativo ya que las cuentas en RRSS se vinculan a un teléfono particular o email. Sin embargo, posteriormente les resultó costoso abordar esta tarea ya que no tenían experiencia. Pese a las dificultades iniciales, el estudiantado creó la página web y el material de la misma que se encuentra en acceso abierto.</i>
--	---

Objetivo nº 5	Concienciar sobre desigualdades
Actividades que había previsto en la solicitud del proyecto:	<i>Dentro de las actividades de difusión, el alumnado incluirá activamente la perspectiva de sexo y género, además, se incluirá información para tratar las desigualdades que personas con cuerpos diferentes sufren en el día a día y se hará un trabajo de concienciación sobre la gordofobia y los trastornos de la conducta alimentaria. Se realizará una encuesta sobre el grado de conocimientos que han adquirido así como la satisfacción, en ambas se considerará un resultado muy positivo un valor medio superior a 4 sobre 5.</i>
Actividades realizadas y resultados obtenidos:	<i>Resumen: actividades realizadas en su totalidad, resultados excelentes de acuerdo a lo planificado pero el profesorado detecta posibles mejoras. Descripción: Los resultados de satisfacción fueron muy altos en la encuesta (4.8 sobre 5.0) y se ha incluido en los vídeos de la página web difusión con una perspectiva de sexo y género y sobre la concienciación en gordofobia. No obstante, aunque el estudiantado ha valorado este aspecto muy positivamente, el profesorado cree que no se ha llegado a profundizar lo suficiente y que no se ha aplicado transversalmente al resto de aspectos tratados.</i>

- 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 carácter innovador del proyecto radicó en la integración de enfoques poco habituales en la docencia universitaria: el uso de referentes culturales cercanos al alumnado (como la música urbana), la incorporación de fuentes de información no convencionales (redes sociales, inteligencia artificial, medios digitales) para después contrastarlas críticamente, y la combinación de prácticas de laboratorio reales con acciones de divulgación científica en entornos digitales abiertos. Esta mezcla de metodologías rompió con la dinámica tradicional de las asignaturas y permitió conectar la teoría académica con la realidad cotidiana del estudiantado, aumentando tanto la motivación como la aplicabilidad del aprendizaje. La implementación del proyecto GRASA: IDEAS RADICALES tuvo un impacto significativo en las asignaturas destacable por la introducción de metodologías activas basadas en la búsqueda crítica de

información, la experimentación en laboratorio y la difusión científica, que favoreció un aprendizaje más significativo. El alumnado dejó de ser receptor pasivo para convertirse en protagonista del proceso, lo que reforzó competencias transversales como la capacidad crítica, el análisis riguroso de la información y la alfabetización científica. Este aspecto resultó especialmente relevante en un contexto de abundante desinformación nutricional en redes sociales.

En segundo lugar, la fase experimental de laboratorio aportó un valor añadido a las asignaturas, ya que permitió conectar directamente los conceptos teóricos sobre estrés oxidativo, radicales libres y metabolismo con la práctica real. Esto enriqueció el aprendizaje de contenidos habitualmente abstractos y mejoró la comprensión de los procesos biológicos que subyacen a la nutrición y al ejercicio físico. Por otra parte, la fase de difusión científica, que implicó la creación de contenidos en una página web, fortaleció competencias comunicativas y de transferencia del conocimiento, lo cual supuso un elemento innovador dentro de los programas formativos. De este modo, el alumnado se preparó para desempeñarse no solo como futuros profesionales de la salud y el deporte, sino también como agentes de divulgación y transformación social.

Asimismo, el proyecto impactó en la asignatura desde una perspectiva ética y social, al incorporar la sensibilización hacia la gordofobia, la igualdad de género y los trastornos de la conducta alimentaria. Esto representó una actualización del enfoque tradicional de la materia, superando visiones reduccionistas centradas en la termogénesis y abriendo paso a una comprensión más compleja y holística de la composición corporal. Sin embargo, este aspecto parece uno de los puntos débiles del proyecto y que nos ha permitido detectar carencias en la formación de los educadores físicos ya que quizás han tratado el tema de una forma aislada en lugar de aplicarlo transversalmente. En los próximos cursos se procurará implementar acciones para conseguir el objetivo nº5 “Concienciar sobre desigualdades” de una forma más significativa. Finalmente, el proyecto contribuyó al alineamiento de las asignaturas con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), especialmente en lo relativo a la salud y bienestar, la educación de calidad y la reducción de desigualdades.

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

Opinión del alumnado al inicio del proyecto				
Número de alumnado matriculado:				
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				
Ninguna dificultad	Poca dificultad	Dificultad media	Bastante dificultad	Mucha dificultad
12,3%	37,0%	34,6%	12,3%	3,7%
Opinión del alumnado en la etapa final del proyecto				
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				
Ninguna dificultad	Poca dificultad	Dificultad media	Bastante dificultad	Mucha dificultad
39,5%	43,2%	14,8%	2,5%	0%

<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%	0%	3,7%	27,2%	69,1%
En el caso de la participación de profesorado invitado				
<i>La participación del profesorado 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
-	-	-	-	-
Valoración crítica sobre la influencia que ha ejercido el proyecto en la opinión del alumnado				
De 86 estudiantes matriculados se han incluido los resultados de 81 ya que 5 estudiantes realizaron evaluación global y no asistieron a clases. La opinión del alumnado fue en general muy positiva, ya que percibieron la propuesta como una forma distinta y motivadora de acercarse a contenidos que, de manera tradicional, suelen resultar teóricos y abstractos. El hecho de partir de referentes culturales cercanos a su realidad despertó risas y posiblemente aumentó la implicación inicial estableciendo unos lazos más cercanos entre el estudiantado y el profesorado. El alumnado valoró especialmente la posibilidad de trabajar con chatGPT de una forma crítica, argumentando que creen que es más útil y práctico para su salida laboral. Además, mostraron gran sorpresa al entender que también deben analizar rigurosamente la literatura científica ya que sino pueden darse confusiones o fallos. Este contraste les permitió tomar conciencia de la desinformación existente en torno a la nutrición y el ejercicio, y generó un sentimiento de empoderamiento académico al adquirir herramientas para discriminar la validez de la información en gran parte del estudiantado. Asimismo, la realización de prácticas de laboratorio y la producción de materiales de difusión científica fueron consideradas como experiencias enriquecedoras, que aumentaron la percepción de utilidad y aplicabilidad de lo aprendido. Muchos estudiantes destacaron que estas actividades les ayudaron a comprender mejor los contenidos y a conectar la teoría con la práctica profesional. No obstante, un grupo de estudiantes (que si bien minoritario también es relevante) veía poco motivante la práctica de laboratorio. Al indagar sobre este grupo, indicaron que estaban contentos de haberlo experimentado durante la carrera ya que no habían tenido prácticas similares, pero querían trabajar el día de mañana interactuando con personas y por consiguiente no veían tan atractiva esta práctica (además tenían que desplazarse fuera del centro). Algunos alumnos señalaron la exigencia de tiempo y coordinación que supuso el trabajo grupal, así como las dificultades iniciales para organizarse en fases que requerían un alto grado de autonomía. Aunque eligieron realizar una página web en lugar de rrss con las que estaban familiarizados porque así no estarían vinculadas a un teléfono personal y se podría trabajar mejor de forma grupal, la familiarización con wordpress fue algo costosa según sus palabras. Esta observación refleja que el proyecto, aunque valorado de manera positiva, también supuso un reto adicional en términos de gestión del aprendizaje. En conjunto, la influencia del proyecto en la opinión del alumnado se reflejó en una elevada motivación y compromiso, destacando la adquisición de herramientas críticas y comunicativas valoradas como relevantes para su futuro profesional.				

4. Describa las medidas de difusión a las que se comprometió en la solicitud y las que ha llevado a cabo.

Descripción de las medidas comprometidas en la solicitud
Se realizará una presentación en el centro (Facultad de Ciencias de la Educación) en las Jornadas de ODS. Además, a través de un TAVIRA del centro, se proporcionará una breve descripción y se compartirá el material audiovisual final que el alumnado ha realizado en el proyecto. Esto alcanza a estudiantes y profesorado. Se pretende un trabajo de difusión con alcance también a la comunidad puesto que los recursos estarán disponibles en acceso abierto.
Descripción de las medidas que se han llevado a cabo
Este curso académico no realizó el centro las Jornadas de ODS como venían haciendo en cursos previos, por tanto, obviamente no se ha podido presentar el proyecto a través de esa vía, aunque sí se ha impartido una charla específica en el Aula 1 de la Facultad de CC de la Educación. Se ha hecho un trabajo de difusión de la página web y sus materiales a través de códigos QR y que puede consultarse en el siguiente link: https://grasaideasradicales.wordpress.com/ En la página web se encuentran vídeos que el estudiantado realizó para abordar el tema de una forma motivante y lúdica de divulgación científica, trabajo de concienciación sobre desigualdades, además de los resultados de las pruebas de laboratorio y vídeos de las prácticas de laboratorio. El proyecto también ha sido presentado a otros docentes como Comunicación Oral en el “VI Congreso Internacional de Innovación Docente e Investigación en Educación Superior: Desafíos de la Enseñanza y Aprendizaje en la Educación Superior”, con el título: GRASA: IDEAS RADICALES - INNOVACIÓN DOCENTE SOBRE ESTRÉS OXIDATIVO Y OBESIDAD, cuyos autores son: JUAN CORRAL PÉREZ; LAURA ÁVILA CABEZA DE VACA; MANUEL COSTILLA MACÍAS; ALBA MIER PERULERO; ANDREA GONZALEZ MARISCAL y CRISTINA CASALS VAZQUEZ. A su vez, el proyecto ha sido difundido como capítulo de libro número 34 (pp. 367-377), denominado PROYECTO GRASA: IDEAS RADICALES – INNOVACIÓN DOCENTE EN COMPOSICIÓN CORPORAL Y NUTRICIÓN PARA FOMENTAR EL PENSAMIENTO CRÍTICO Y LA MOTIVACIÓN reflejado en el libro titulado INNOVACIÓN DOCENTE E INVESTIGACIÓN EN SALUD: DESAFÍOS DE LA ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE EN LA EDUCACIÓN SUPERIOR, editado por DYKINSON con número de ISBN: 978-84-1070-926-3, DOI: 10.14679/3761.

5. Adecuación, pertinencia y nivel de ejecución del gasto.

Dado que el diseño experimental planteado por los estudiantes no incluía la utilización de un tamaño de muestra grande y que el grupo al que el profesorado pertenece había obtenido algo de financiación para la realización de otras medidas de investigación, fue posible aprovechar los remanentes de los kits previamente adquiridos, evitando la necesidad de comprar un kit completo únicamente para unas pocas muestras en la asignatura. De este modo, el presupuesto (que estaba planificado en su totalidad para la adquisición de kits) no se consumió, lo que ha permitido dejar remanentes disponibles, con un uso responsable y eficiente de los recursos públicos, permitiendo que la UCA pueda destinar esos fondos a otras acciones o proyectos. En resumen, el gasto del proyecto fue de 0 euros.