

CURSO
2018-2019

PROYECTO INNOVACIÓN E
INVESTIGACIÓN EDUCATIVA
EFA TORREALEDUA
TALLERES DE VIDA SALUDABLE.

EFA TORREALEDUA. LLOMBIAI.
COORDINADOR: DOLORES BAÑULS SENDRA.
MODALIDAD: PARTICIPACIÓN INDIVIDUAL
TIPOLOGIA: NUEVO.

2. ÍNDICE

2.1. JUSTIFICACIÓN.....	2
a) Pertenencia.....	2
b) Concreción de los objetivos.....	3
2.2. PROYECTO.....	3
a) Marco teórico.....	3
b) Originalidad.....	4
c) Concreción de la metodología aplicada al proyecto.....	6
d) Sostenibilidad.....	6
e) Transferencia.....	7
f) Participación.....	7
g) Carácter inclusivo.....	8
h) Plurilingüismo.....	8
2.3. EVALUACIÓN E IMPACTO.....	8
a) Indicadores y criterios de evaluación.....	9
b) Instrumentos de evaluación.....	10
c) Impacto y propuesta de mejora.....	10
2.4. CONCLUSIONES.....	11
2.5. PRESUPUESTO.....	11

2.1. JUSTIFICACIÓN.

a) Pertenencia.

La Promoción de la Salud (PS) es definida como la capacitación de las personas para aumentar el control sobre su salud y mejorarla usando diversas estrategias: creando entornos favorecedores de salud, desarrollando aptitudes y recursos personales y reforzando la acción comunitaria. La Educación para la Salud, dentro del marco de Promoción para la Salud, tiene un ámbito más reducido y pretende fomentar la prevención frente al tratamiento a través de las aptitudes personales, creando oportunidades de aprendizaje para facilitar cambios de conducta o estilos de vida saludables.

El proyecto de innovación e investigación educativa del curso 2018-2019 en EFA TORREALEDUA denominado TALLERES DE VIDA SALUDABLE nace con el firme propósito de inculcar al alumnado la importancia de la promoción de un estilo de vida saludable y una correcta actuación frente a episodios que requieran primeros auxilios a través de los talleres: Taller de Higiene Bucodental, Taller de Alimentación Saludable y Taller de Primeros Auxilios y RCP (reanimación cardiopulmonar).

Debido a que la Educación Secundaria y la Primaria son obligatorias en España, si estos talleres se realizasen anualmente en los cuatro cursos de la ESO y al menos, en quinto y sexto de primaria, se podría asegurar la correcta formación de la población en seguridad y salud.

Esta formación supondría un aumento en términos de eficacia y efectividad preventiva, ya que una educación en salud supone una mejora en la prevención de enfermedades metabólicas y una correcta actuación en aquellas situaciones que requieren primeros auxilios.

Desde la perspectiva de la innovación educativa e investigación, la creación de estos Talleres de Vida Saludable como instrumento educativo, permite poner en práctica un aprendizaje activo y cooperativo basado en el desarrollo de la conciencia sanitaria individual y colectiva y en la práctica de los contenidos de las diferentes asignaturas tanto del Ciclo Formativo como de ESO, Formación Profesional Básica y Primaria (Biología, Ciencias Naturales, Higiene, Promoción de la Salud...).

En este proyecto se ha apostado por la metodología educativa basada en el Aprendizaje por Servicio. Esta metodología es una herramienta pedagógica para enseñar y aprender, inspirada en pedagogías activas y mediante la cual, los alumnos aprenden a ser competentes siendo útiles a los demás.

Con la realización de los Talleres de Vida Saludable se pretende hacer partícipe a toda la Comunidad Educativa, pues el proyecto no quiere quedarse dentro de los límites del Centro, llegando solamente al alumnado, sino que persigue recordar a todos los sectores de la sociedad los principales hábitos de conducta para llevar una vida saludable, ya que se entiende que la verdadera importancia de este tipo de aprendizaje no es solamente educativa, sino también social. Es por ello por lo que se busca la colaboración de otros centros educativos y se ofrece al alumno la posibilidad de dar un servicio a la comunidad, dando respuestas a las necesidades reales de la población.

b) Concreción de los objetivos.

Aprendizajes concretos que se pretende que consigan los alumnos:

- Despertar el interés del alumnado hacia un estilo de vida saludable a nivel bucodental y alimenticio.
- Educar en la prevención de enfermedades metabólicas y bucales.
- Motivar al alumnado sobre las ventajas de una alimentación saludable y un ejercicio físico diario.
- Iniciar al alumnado en la correcta higiene bucodental, en la creación de una dieta diaria saludable y en el conocimiento de las diferentes técnicas de primeros auxilios, incluyendo la RCP (reanimación cardiopulmonar).
- Aprender cómo realizar primeros auxilios en diferentes ámbitos y frente a distintos tipos de situaciones y conocer la técnica de RCP (reanimación cardiopulmonar).
- Inculcar al alumnado el conocimiento necesario en términos de prevención de salud para que, no solamente lo apliquen como personas individuales, sino que además, sean una fuente de información para sus familias y entorno más cercano.
- Dar a conocer al alumnado las diferentes profesiones que pueden llegar a desarrollarse en el ámbito de la prevención sanitaria.

2.2. PROYECTO.**a) Marco teórico.**

En el Centro EFA Torrealedua se imparte el Ciclo Formativo de Grado Medio de Cuidados Auxiliares de Enfermería, en el cual se forman futuros profesionales sanitarios. Estos alumnos empiezan a adquirir nociones sanitarias básicas desde el primer momento de la formación y deben ser capaces de aplicar los conocimientos adquiridos a las prácticas en su formación y también a su vida diaria.

Es por este motivo por el que se propone apostar por la formación del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria (ESO), Formación Profesional Básica (FPB) y Educación Primaria y que sean los alumnos del Ciclo de Grado Medio de Cuidados Auxiliares de Enfermería los que imparten los Talleres de Vida Saludable.

Los talleres de Vida Saludable están diseñados para que, de forma rotatoria, sean impartidos por el alumnado del Ciclo a alumnos de ESO y FPB (del centro EFA Torrealedua) y alumnos de 6^a de Primaria (de aquellos centros con los que acordemos la realización de los mismos).

Con la realización de estos talleres son beneficiados, no solamente aquellos alumnos que reciben la formación, sino los alumnos del Ciclo Formativo que los imparten, ya que de esta forma afianzan los conocimientos que van adquiriendo durante el curso.

TALLERES DE VIDA SALUDABLE

b) Originalidad.

Los talleres están programados para su ejecución durante el curso 2019/2020 y estarán incluidos en las programaciones anuales de las materias a cursar por los alumnos del Ciclo Formativo.

Al inicio de curso se dividirán los alumnos del Ciclo en grupos de 2 alumnos y serán formados para la impartición de los talleres en el alumnado de ESO y FPB del Centro EFA Torrealedua y el alumnado de 6º de primaria de los centros cercanos en los que hayamos concertado la realización de los talleres.

De esta forma, todos los alumnos del Ciclo Formativo impartirán los tres tipos de talleres y todos los alumnos de ESO, FPB y 6º Primaria recibirán los tres tipos de talleres. Esto destaca el carácter interdisciplinar, transversal y participativo de este proyecto.

Los Talleres de Vida Saludable a impartir son:

- **TALLER DE HIGIENE BUCODENTAL:** en los que se pretenderá que los alumnos asimilen qué es la placa bacteriana y cuales son los efectos perjudiciales sobre su salud:
 - En primer lugar, se mostrará cómo es un correcto cepillado de los dientes mediante un muñeco con una gran dentadura que será usado con este fin.
 - Posteriormente, se les proporcionará a los alumnos una solución líquida (completamente inocua) que tiñe la placa bacteriana de su cavidad oral y proporciona a los alumnos conciencia sobre su propia higiene bucodental.
 - Por último, se les proporcionará un cepillo dental, pasta dentífrica y un temporizador y los alumnos del Ciclo Formativo irán comprobando que los alumnos que reciben la formación realizan correctamente su cepillado dental.
- **TALLER DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE:** destinados a inculcar en el alumnado la importancia de una correcta alimentación para la salud y la prevención de enfermedades metabólicas, haciendo hincapié en la dieta mediterránea. Se realizarán dos tipos de juegos:
 - “Pasapalabra”, en el que los alumnos deberán encontrar nombres de alimentos saludables por letras.
 - “El mural ñam-ñam”, en el que los alumnos tendrán que pegar tarjetas con dibujos de alimentos en la parte del mural que consideren correcta, según las cantidades semanales recomendadas para la ingesta del alimento en cuestión (diarios, 2-3 veces por semana, 1 vez por semana, ocasionalmente...).
- **TALLER DE PRIMEROS AUXILIOS Y RCP:** cuyo objetivo será educar en seguridad y salud a los alumnos más jóvenes y hacerlos menos vulnerables frente a situaciones de diverso tipo. Se les enseñará:

TALLERES DE VIDA SALUDABLE

- Qué hacer si un compañero queda inconsciente en el suelo o cómo proceder frente a un síncope por bajada de tensión.
- Qué hacer frente a un atragantamiento o asfixia.
- Qué hacer frente a un shock anafiláctico, explicando cómo usar jeringas de insulina o cualquier otro medicamento, mediante un simulador sin aguja.
- Cómo proceder frente a un ataque de epilepsia.
- Cómo actuar si se presencia un episodio de epistaxis (sangrado nasal).
- Qué hacer frente a diferentes tipos de traumatismos y cómo curar heridas en primeros auxilios.
- Cómo realizar una maniobra de RCP (reanimación cardiopulmonar) mediante un muñeco de ensayo.

El cronograma siguiente recoge las actuaciones que se realizarán para impartir los talleres y educar en principios de vida saludable y primeros auxilios al alumnado más joven:

TEMPORALIZACIÓN	TALLER	RECIBEN EL TALLER
1 ^a EVALUACIÓN	HIGIENE BUCODENTAL	1º ESO
		2º ESO
		3º ESO
		4º ESO
		1º FPB
		6º PRIMARIA CENTRO CERCANO
		6º PRIMARIA CENTRO CERCANO
2 ^a EVALUACIÓN	ALIMENTACIÓN SALUDABLE	1º ESO
		2º ESO
		3º ESO
		4º ESO
		1º FPB
		6º PRIMARIA CENTRO CERCANO
		6º PRIMARIA CENTRO CERCANO
3 ^a EVALUACIÓN	PRIMEROS AUXILIOS Y RCP (REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR)	1º ESO
		2º ESO
		3º ESO
		4º ESO

TALLERES DE VIDA SALUDABLE

	1º FPB
	6º PRIMARIA CENTRO CERCANO
	6º PRIMARIA CENTRO CERCANO

c) Concreción de la metodología aplicada al proyecto.

La metodología de trabajo llevada a cabo con los TALLERES DE VIDA SALUDABLE será tanto individual como colaborativa y cooperativa, además de estar orientada al Aprendizaje por Servicio.

Cubrirá distintos ámbitos que permitirá involucrar a alumnos de distintas edades con lo que pueden conseguirse una amplia variedad de objetivos y estudiarse de igual manera una amplia variedad de contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales presentes en las diferentes etapas educativas.

En primer lugar, se fomenta la autonomía del alumno que recibe la formación ya que se le otorga la responsabilidad de cuidar bien de su salud y poder ayudar a los demás en caso de auxilio. En segundo lugar, se propone una metodología participativa en el que los alumnos no se sienten como los únicos receptores de conocimiento, ya que comprueban y perciben como los demás compañeros crecen en conocimientos que hacen de esta sociedad más segura en términos de prevención sanitaria. En tercer lugar, al estar basada en la experiencia real del alumno, se consigue que éste tome parte y luche por el éxito y reconocimiento del proyecto.

Por último, cabe destacar que mediante esta metodología, se pueden trabajar valores que configuran la mayoría de los proyectos curriculares, como por ejemplo la cohesión social, la solidaridad, o la igualdad, valores que en definitiva favorecen nuestro crecimiento cívico y sobre todo, asimismo la importancia reside en que todos los protagonistas pueden obtener beneficios de su puesta en funcionamiento.

d) Sostenibilidad.

Este proyecto precisa una pequeña inversión inicial, ya que se precisa adquirir el siguiente material:

- MATERIAL FUNGIBLE:
 - Cepillos dentales, pasta dentífrica y temporizadores.
 - Solución tinción placa bacteriana.
 - Material de papelería para la creación de los juegos del taller de alimentación saludable.
 - Material para curas.
- MATERIAL NO FUNGIBLE:
 - 3 muñecos destinados a la enseñanza de la limpieza bucal.
 - 3 muñecos destinados a la enseñanza de la RCP.
 - 3 tensiómetros.

TALLERES DE VIDA SALUDABLE

- 3 colchonetas.

Para la futura realización de estos talleres, una vez adquiridos los materiales no fungibles, sólo sería necesario reponer los materiales fungibles. Esto garantizaría la viabilidad del proyecto en el tiempo.

La finalidad de todo este material adquirido sería, no solamente para la realización de éstos talleres, sino que también para que los alumnos del Ciclo de Grado Medio de Cuidados Auxiliares de Enfermería pudiesen practicar en clase. Esto asegura que el proyecto pueda perdurar en el tiempo: inversión mínima y nuevos alumnos cada curso que precisen formarse en salud.

e) Transferencia.

Las características propias del proyecto permiten que sea una actividad de centro que se consolide año tras año.

El que sea un proyecto viable económico es un hecho. La baja inversión inicial (material fungible y material no fungible) y la mínima inversión que precisa cada año (solamente material fungible) hacen que sea factible para el centro poder realizar estos talleres cada curso escolar.

Este proyecto, no solamente se considera un medio para el enriquecimiento del Centro EFA Torrealedua, sino también es una fuente de enseñanza para los centros con los que se acuerde la impartición de estos talleres.

Debido al aumento del uso de las nuevas tecnologías, cada año se pretende realizar una grabación de la realización de estos talleres y subirlos al canal de Youtube del Centro EFA Torrealedua con la finalidad de enriquecer el canal y proporcionar estos conocimientos a aquellos usuarios de la red (sean centros educativos o personas particulares) que estén interesados en formarse sanitariamente.

f) Participación.

Los participantes de este proyecto son principalmente los alumnos del CFGM de Cuidados Auxiliares de Enfermería, todas las etapas de la ESO, FPB y alumnos de 6º de primaria de aquellos centros educativos con los que se haya concertado la realización de los talleres.

Destacar también que todo el profesorado del centro EFA Torrealedua está plenamente involucrado en este proyecto, sobretodo el profesorado del CFGM, que serán los que acompañen a los alumnos del ciclo a impartir los talleres y comprobarán la correcta realización de los mismos.

Como se puede comprobar, el objetivo fundamental es que los alumnos sean los elementos dinamizadores del proyecto, siendo los que imparten los talleres y siendo también los destinatarios de los mismos. También se pretende lograr un efecto globalizador al incluir alumnos de diferentes etapas educativas, de tal forma que puedan comprobar que para la educación en salud, no importa la edad.

g) Carácter inclusivo.

En este proyecto se ven incluidos todos los alumnos de las etapas educativas que se han contemplado. No solamente es un proyecto que se adapta a alumnos que puedan tener necesidades educativas especiales, sino que se adapta a cada alumno como ser individual con sus propias características que lo hacen único e irrepetible.

Este proyecto esta diseñado para que cada alumno pueda llevarlo a término dentro de sus capacidades. El hecho de que los talleres sean tan dinámicos, activos y participativos promueve la motivación de todo el alumnado de cualquier etapa educativa.

Se debe destacar que, además de ser un proyecto de innovación educativa, también es un proyecto ambicioso en el que se pretende actuar sobre la promoción de la prevención de la salud y en este aspecto se incluye todo el alumnado, independientemente de sus necesidades educativas.

h) Plurilingüismo.

Uno de los objetivos que pretende conseguir este proyecto es mejorar la formación en lenguas y la competencia lingüística y comunicativa de nuestro alumnado.

Es por eso que este proyecto apuesta por la realización de los Talleres de Vida Saludable en valenciano y en inglés. Los Talleres de Higiene Bucodental y de Primeros Auxilios y RCP se realizarán en valenciano y los de Alimentación Saludable usarán los distintos juegos con los alumnos para introducir vocabulario en inglés.

El Centro EFA Torrealedua es plenamente consciente de que la inclusión del plurilingüismo es un reto que nos acerca a Europa y se apuesta, por tanto, en promover el uso, comprensión y expresión de una de las lenguas oficiales, como es el valenciano, y del inglés.

2.3. EVALUACIÓN E IMPACTO.

Para conseguir un buen funcionamiento del proyecto, se requiere una evaluación, no solamente de los alumnos del Ciclo de Grado Medio que lo imparten, sino también de los alumnos que reciben la formación. De esta forma se podrán realizar todos aquellos cambios necesarios para su mejora.

Aunque todo el equipo docente esta muy implicado en la realización de estos talleres, el seguimiento de la realización de los mismos y la evaluación de los alumnos será llevado a cabo por la Jefa de Estudios y las profesoras del Ciclo de Grado Medio en Cuidados Auxiliares de Enfermería.

TALLERES DE VIDA SALUDABLE

a) Indicadores y criterios de evaluación.

ALUMNOS QUE IMPARTEN LOS TALLERES	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INDICADORES DE ÉXITO
Tener iniciativa para participar en el proyecto, mostrando interés en aprender los conocimientos para poder transmitirlos.	El alumno participa de forma activa en el proyecto, colaborando en la preparación del mismo de forma activa.
Ser capaz de participar en proyectos colectivos de manera cooperativa, flexible y con respeto a la diversidad.	El alumno participa, aporta y lidera aspectos de la actividad en los que es especialmente competente.
Ser capaz de llevar a cabo las actividades de servicio de manera comprometida, abnegada y altruista.	El alumno se implica personalmente y asume algún compromiso donde ha realizado la actividad de servicio.
Ser capaz de mostrarse activo, tomar decisiones, resolver dudas, involucrarse en el proceso y aplicar conocimiento a las situaciones problemáticas en las que interviene.	El alumno se muestra muy activo a la hora de tomar decisiones, resolver dudas e involucrarse en el proceso. A su vez, aplica el conocimiento adquirido a las diferentes situaciones que surgen.
Ser capaz de conocer y explicar los distintos tipos de heridas o trastornos y los pasos a seguir en el tratamiento o plan de actuación.	El alumno reconoce los diferentes tipos de heridas y trastornos, enumerando perfectamente los pasos a seguir en el tratamiento o plan de actuación vinculándolos con los conocimientos teóricos aprendidos.
Ser capaz de reconocer las pautas de RCP e indicar los pasos de respiración boca a boca. Además, se esfuerza en la práctica y lidera a los alumnos de menor edad.	El alumno reconoce las pautas y procedimientos a seguir en la RCP e indica los pasos de la respiración boca a boca sin fallos. Sugiere trucos de mejora a los alumnos de menor edad y comenta errores habituales en la población. Se esfuerza mucho en la práctica.
Ser capaz de promover la humanización de la asistencia sanitaria, de hacer comprender que se encuentran ante personas a las que debe respetar y tratar dignamente. Además de ser discretos y respetar la intimidad.	El alumno promueve, durante toda la charla, la humanización de la asistencia sanitaria y hace comprender a los alumnos de menor edad la importancia del derecho al respeto y a la intimidad de las personas.
Ser capaz de exponer los contenidos marcados en los objetivos sin faltas de ortografía, de diseño o de vocabulario.	El alumno realiza la exposición de los contenidos sin faltas y con claridad y concisión.

TALLERES DE VIDA SALUDABLE

LOS TALLERES DE VIDA SALUDABLE.	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INDICADORES DE ÉXITO
<p>Realizar encuesta de satisfacción a los alumnos que han recibido los talleres, donde se puntúe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • El grado de asimilación de los conceptos. • El aprendizaje y el trabajo en valores. • El trabajo en grupo. • La intención de volver a participar en los talleres. • La impresión sobre la importancia de los conocimientos adquiridos. • La explicación de los contenidos por parte de los alumnos de los Ciclos Formativos. • La adecuación de los materiales usados. • El cumplimiento de los objetivos. • La organización y planificación del taller. • La diversión del taller. 	<p>La encuesta sobre satisfacción de los talleres alcanza la máxima puntuación posible.</p>

b) Instrumentos de evaluación.

Los instrumentos con los que evaluaremos este proyecto son:

Para los alumnos:

- Rúbrica de evaluación: la profesora del Ciclo Formativo que supervise la impartición del taller puntuará a cada alumno de Ciclo de forma individual. La rúbrica contendrá, en forma de ítems de evaluación, todos los puntos mencionados en los criterios de evaluación del apartado anterior.

Para los talleres:

- Cuestionario de satisfacción: a los alumnos de ESO o primaria que hayan recibido cualquiera de los talleres se les proporcionará una encuesta de satisfacción que contendrá, en forma de ítems de evaluación, todos los puntos mencionados en los criterios de evaluación del apartado anterior.

c) Impacto y propuesta de mejora.

El impacto del proyecto se espera que sea global, que afecte a todos los miembros de la comunidad educativa y que pueda esparcirse a otros centros cercanos con la finalidad de educar en principios sanitarios a todo el alumnado de ESO y parte de Primaria.

Pero también se espera que tenga un gran impacto individual en cada uno de nuestros alumnos del Ciclo de Grado Medio en Cuidados Auxiliares de Enfermería, en los que recaerá principalmente los beneficios del proyecto.

Las propuestas de mejora se irán recogiendo al finalizar cada ronda de talleres (uno por evaluación). El equipo encargado de supervisar el proyecto propondrá las mejoras que éste necesite y se realizarán las modificaciones pertinentes lo más pronto posible.

2.4. CONCLUSIONES.

Como educadores tenemos por delante un reto fundamental, el de enseñar a nuestros alumnos y motivarlos para que sigan creciendo académica y personalmente. Estos objetivos están incluidos en el proyecto, pero el fin principal de este proyecto es asegurar la correcta formación de la población en seguridad y salud, objetivo que se puede cumplir si se asegura la educación sanitaria en niveles educativos obligatorios, como la ESO y 6º de primaria.

Una educación en salud supone una mejora en la prevención de enfermedades metabólicas y una correcta actuación en aquellas situaciones que requieren primeros auxilios, dos temas de vital importancia en la vida actual.

Con una metodología activa y participativa, que coloca a los alumnos en el centro mismo de la enseñanza sanitaria, se consigue que nuestros alumnos no solamente adquieran estos conocimientos sanitarios, sino que mejoren su competencia lingüística en lengua valenciana y en inglés y además, se nutran con el uso de nuevas tecnologías al grabar vídeos y gestionar el canal de Youtube del centro EFA Torrealedua.

Cabe destacar que este proyecto puede presumir de una gran viabilidad en el tiempo, dado que solamente precisa una primera inversión económica y posteriormente, precisa una inversión mucho más pequeña para la reposición de material fungible. Esto, junto con la recepción de nuevo alumnado cada año del Ciclo de Grado Medio en Cuidados Auxiliares de Enfermería, supone un seguro de éxito en el desarrollo de los Talleres de Vida Saludable curso tras curso.

2.5. PRESUPUESTO.

	PRODUCTO.	UNIDADES	PRECIO	TOTAL
MATERIAL FUNGIBLE	KIT: Cepillos dentales, pasta dentífrica y temporizador de arena.	200	1 €	200 €
	Solución tinción placa bacteriana.	2	5 €	10 €
	Material para curas		300 €	300 €
	Material papelería.		200 €	200 €
MATERIAL NO FUNGIBLE	Muñeco para limpieza bucal.	3	89,99 €	269,97 €
	Muñeco para RCP.	3	118,83 €	356,49 €
	Tensiómetros.	3	43,61 €	130,83 €
	Colchonetas.	3	39,99 €	119,97 €

PRESUPUESTO INICIAL TOTAL: material fungible y no fungible: 1587,26 €

PRESUPUESTO CONTINUIDAD TOTAL: solo material fungible: 710 €.