

MÁSTER UNIVERSITARIO EN FORMACIÓN DEL PROFESORADO DE SECUNDARIA,
BACHILLERATO, CICLOS, ESCUELAS DE IDIOMAS Y ENSEÑANZAS DEPORTIVAS

ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN DEL DOLOR MUSCULOESQUELÉTICO EN ESTUDIANTES DE FORMACIÓN PROFESIONAL DESDE LA ACTIVIDAD FÍSICA

Presentado por:

PABLO DÍAZ GARCÍA

Dirigido por:

VALENTÍN CAROZO MARTÍN

MARÍA GARCÍA CABALLER

CURSO ACADÉMICO 2024-2025

Resumen

Este Trabajo Fin de Máster tiene como finalidad diseñar una propuesta pedagógica en el ámbito de la Formación Profesional Sanitaria orientada a la prevención del dolor musculoesquelético mediante la actividad física. Partiendo del análisis del contexto del CIFP Los Gladiolos y de la realidad del alumnado del ciclo de Cuidados Auxiliares de Enfermería, se plantea una Situación de Aprendizaje integrada en el módulo de Técnicas Básicas de Enfermería. La propuesta combina metodologías activas, estrategias inclusivas basadas en el Diseño Universal para el Aprendizaje y el uso de tecnologías digitales como herramienta didáctica. La educación postural, la ergonomía y el autocuidado serán los elementos clave para reducir el riesgo de lesiones educativas y profesionales. Además, se podrán usar nuevas tecnologías emergentes como la Realidad Virtual, el Biofeedback u otras aplicaciones móviles para enriquecer el proceso formativo. La evaluación se realizará de forma formativa y continua, favoreciendo el desarrollo de competencias profesionales y personales en el alumnado.

Palabras clave: Formación Profesional, dolor musculoesquelético, actividad física, ergonomía, educación postural

Abstract

The purpose of this Master's Thesis is to design a pedagogical proposal in the field of Healthcare Vocational Training focused on the prevention of musculoskeletal pain through physical activity. Based on an analysis of the context of the Los Gladiolos CIFP (Center for Professional Training) and the current situation of students in the Nursing Auxiliary Care program, a Learning Situation integrated into the Basic Nursing Techniques module is proposed. The proposal combines active methodologies, inclusive strategies based on Universal Design for Learning, and the use of digital technologies as a teaching tool. Postural

education, ergonomics, and self-care will be key elements to reduce the risk of educational and occupational injuries. Furthermore, new emerging technologies such as Virtual Reality, Biofeedback, and other mobile applications may be used to enrich the training process. Assessment will be carried out in a formative and continuous manner, promoting the development of professional and personal skills in students.

Keywords: Vocational training, musculoskeletal pain, physical activity, ergonomics, postural education

Tabla de Contenidos

Introducción Del TFM	11
Justificación.....	12
Objetivos	13
Presentación De Capítulos	14
Metodología	15
Desarrollo Del Trabajo	16
Marco Normativo Estatal Y Específico De La Comunidad Autónoma De Referencia	16
Marco Estatal	16
Marco Autonómico:.....	18
Aplicación En El CIFP Los Gladiolos.....	20
Contextualización Del Centro Educativo:.....	20
Historia:	20
Entorno Y Localización.....	21
Instalaciones	22
Oferta Formativa.....	23
Ciclos De Grado Medio En El Área Sanitaria	23
Ciclos De Grado Superior En El Ámbito Sanitario	23
Otras Familias Profesionales Con Presencia En El Centro	23
Presentación De La Propuesta Pedagógica, Análisis Y Proyecto De Mejora A La Misma	25

Análisis Y Propuesta De Mejora De La Programación Didáctica Del Módulo Técnicas	
Básicas De Enfermería	25
Análisis curricular del módulo	25
Elementos Curriculares	30
Actividades TIC	41
Metodologías Activas.....	42
Desarrollo De Valores Relativos A Equidad Y Diversidad	42
Desarrollo De Valores Éticos.....	42
Atención A La Diversidad.....	43
Desarrollo Situación De Aprendizaje	44
Resumen SA.....	44
Justificación Inicial	45
Contextualización.....	49
Contextualización curricular.....	49
Contextualización legislativa.....	49
Contextualización del grupo	50
Elementos Curriculares	50
Competencias.....	51
Objetivos.....	52
Contenidos	53
Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación	53
Instrumentos de Evaluación.....	54

Criterios de calificación y mínimos exigidos	54
Metodologías	55
Enfoque pedagógico y orientaciones generales	55
Modelo metodológico principal.....	56
Estrategias metodológicas empleadas	56
Metodologías activas:	56
Actividades con TIC	57
Aplicación en la SA.....	57
Agrupamientos del alumnado	58
Temporalización y ritmo	58
Atención a la diversidad	59
Clima de aula y participación	59
Temas Transversales	60
Desarrollo De Valores En La Unidad Didáctica	60
Materiales Y Recursos Didácticos	61
Recursos Materiales Físicos	62
Recursos TIC Y Digitales.....	62
Recursos Gráficos E Impresos.....	63
Recursos Humanos Y Organizativos	63
Gestión Y Accesibilidad De Los Recursos.....	63
Temporalización.....	63

Observaciones.....	66
Diseño De Las Actividades	66
Actividad 1	66
Actividad 2	67
Actividad 3	68
Actividad 4	69
Actividad 5	70
Actividad 6	71
Actividad 7	72
Actividad 8	73
Evaluación Formativa	74
Principios De La Evaluación	75
Instrumentos De Evaluación.....	75
Evaluación De Competencias.....	76
Retroalimentación.....	76
Conclusiones	76
Propuesta De Innovación Educativa: Integración De Tecnologías Emergentes Para La Prevención Del Dolor Musculoesquelético En FP Sanitaria	77
Justificación.....	77
Objetivos del proyecto	78
Características de la innovación.....	78
Plan de implementación	79

Etapas:	79
Recursos necesarios:	79
Evaluación del proyecto	80
Viabilidad y continuidad	80
Posibilidades De Proyectos De Investigación Educativa.....	80
Propuesta 1: Evaluación Del Impacto De Las Metodologías Activas En La Conciencia Postural Del Alumnado De FP Sanitaria.....	81
Propuesta 2: Integración De Tecnologías Inmersivas Para El Entrenamiento Ergonómico En Aulas De FP Con Recursos ATECA	82
Líneas Complementarias De Investigación Educativa Derivadas Del TFM.....	82
Consideraciones Finales.....	84
Conclusiones, Limitaciones Y Prospectiva De Futuro	84
Conclusiones	84
Limitaciones	85
Prospectiva De Futuro	86
Reflexión Final.....	86
Bibliografía	87
ANEXOS	92
Anexo I. Encuesta Realizada A Estudiantes Del CIFP Los Gladiolos.....	92
Anexo II. Resultados Y Análisis	95
Anexo III. Ejemplo de rúbrica.....	96

Lista de Tablas

Tabla 1 Marco estatal	17
Tabla 2 Marco autonómico	18
Tabla 3 Resumen de la propuesta de mejora	28
Tabla 4 Contenidos de las unidades didácticas	31
Tabla 5 Distribución temporal.....	31
Tabla 6 Unidad de competencia.....	35
Tabla 7 Resumen elementos curriculares	36
Tabla 8 Calificación final	40
Tabla 9 Contexto formal SA	44
Tabla 10 Unidades de competencia basadas en las capacidades profesionales.....	51
Tabla 11 Instrumentos de evaluación	54
Tabla 12 Criterios de calificación.....	54
Tabla 13 Actividades TIC	57
Tabla 14 Cronograma sesiones	64
Tabla 15 Ejemplo de instrumento: extracto de la rúbrica técnica para la simulación de movilización	96

Lista de Figuras

Figura 1 Fachada edificio CIFP Los Gladiolos y del edificio Poeta Viana	22
---	----

Acrónimos

TFM: Trabajo Final de Máster

CAE: Cuidados Auxiliares de Enfermería

CIFP: Centro Integrado de Formación Profesional

DUA: Diseño Universal para el Aprendizaje

RV: Realidad Virtual

ODS: Objetivos de Desarrollo Sostenible

TIC: Tecnologías de la Información y la Comunicación

ATECA: Aula de Tecnología Aplicada

SA: Situación de aprendizaje

NEAE: Necesidades Específicas de Apoyo Educativo

Introducción Del TFM

El presente Trabajo Final de Máster (TFM), titulado "Estrategias de prevención del dolor musculoesquelético en estudiantes de Formación Profesional desde la actividad física", se enmarca en el Máster Universitario en Formación del Profesorado de Educación Secundaria, Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanzas de Idiomas, en la especialidad de Procesos Sanitarios.

Este estudio tiene como objetivo analizar la prevalencia del dolor musculoesquelético en los estudiantes de Formación Profesional Sanitaria y diseñar una propuesta de intervención basada en la actividad física para minimizar estos riesgos, incluyéndola en el currículo del módulo Técnicas Básicas de Enfermería (TBE) del ciclo formativo de grado medio Técnico en Cuidados Auxiliares de Enfermería (TCAE).

La Formación Profesional en el ámbito sanitario prepara a los futuros técnicos para desempeñar un papel fundamental en la atención a los pacientes. No obstante, más allá de los conocimientos teóricos y prácticos específicos de cada especialidad, es esencial que los estudiantes tomen conciencia de la importancia de su propia salud y bienestar. En mis prácticas en el CIFP Los Gladiolos he podido observar al alumnado de distintos ciclos formativos sanitarios como Cuidados Auxiliares de Enfermería (CAE), Dietética, Emergencias Sanitarias e Higiene Bucodental. Todas esas profesiones requieren esfuerzo físico, posturas mantenidas y movimientos repetitivos, factores que pueden contribuir al desarrollo de dolencias musculoesqueléticas a lo largo del tiempo.

El dolor musculoesquelético es una de las principales causas de absentismo y disminución del rendimiento en entornos laborales sanitarios (Martínez y Vázquez, 2002). Estudios recientes han demostrado que la actividad física regular no solo es una herramienta eficaz en la prevención de lesiones y molestias musculares, sino que también mejora el

bienestar general de los profesionales sanitarios (Casado et al. 2014). Sin embargo, a pesar de su importancia, muchos estudiantes de Formación Profesional no reciben una formación específica sobre ergonomía, higiene postural y estrategias de prevención del dolor, lo que puede derivar en problemas de salud a largo plazo (Maqueda, 2015).

En el contexto del CIFP Los Gladiolos, donde se forman futuros profesionales en distintas ramas sanitarias, resulta imprescindible integrar estrategias de educación postural, ergonomía y actividad física adaptada dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje. A través de esta investigación, se busca evidenciar la necesidad de una mayor formación en este ámbito y proponer un modelo de intervención que contribuya a mejorar la calidad de vida de los estudiantes y, en consecuencia, su futuro desempeño profesional.

La educación en salud no debe limitarse únicamente al cuidado de los pacientes, sino que debe comenzar por la propia salud de los futuros profesionales. Solo a través de una preparación integral podrán afrontar con éxito las demandas de una profesión que requiere tanto habilidad técnica como resistencia física y mental.

Justificación

El dolor musculoesquelético es una problemática frecuente en el ámbito sanitario, afectando tanto a profesionales como a estudiantes en formación. En el caso de los alumnos de Formación Profesional Sanitaria, las exigencias físicas derivadas de sus estudios y prácticas pueden ocasionar molestias que repercuten en su desempeño y bienestar. La literatura científica evidencia que la actividad física regular y la formación en ergonomía pueden reducir significativamente estos riesgos (González, 2022; Toloza et al. 2012).

A pesar de la relevancia del problema, la formación en prevención del dolor musculoesquelético no siempre está integrada en los programas educativos, lo que deja a los estudiantes sin herramientas específicas para afrontar estas afecciones. Dada la importancia

de promover entornos de aprendizaje saludables, este trabajo busca aportar un enfoque innovador al ámbito educativo, proponiendo estrategias que faciliten la adquisición de hábitos posturales adecuados y fomenten la actividad física como medida preventiva.

Este estudio pretende contribuir tanto a la mejora de la formación en salud de los futuros profesionales sanitarios como al desarrollo de metodologías innovadoras en la enseñanza de la prevención de riesgos laborales. La integración de estas estrategias en el currículo académico no solo beneficiará a los estudiantes en su etapa formativa, sino que también tendrá un impacto positivo en su desempeño profesional a largo plazo, ayudando a reducir la incidencia de trastornos musculoesqueléticos en el sector sanitario.

Objetivos

Objetivo general:

- Elaborar una propuesta pedagógica para Ciclos de Formación Profesional Sanitaria en el grupo del CIFP Los Gladiolos, que integre estrategias para la prevención del dolor musculoesquelético a través de la actividad física.

Objetivos específicos:

- Contextualizar el estudio desde la normativa vigente y la realidad del centro educativo, identificando la relevancia de la prevención del dolor musculoesquelético en la formación sanitaria.
- Analizar la programación didáctica existente en la Formación Profesional Sanitaria con respecto a la ergonomía y la prevención del dolor musculoesquelético.
- Desarrollar una situación de aprendizaje basada en estrategias didácticas innovadoras que fomenten hábitos saludables en los estudiantes.
- Diseñar una propuesta de intervención educativa que incluya actividades orientadas a la educación postural, la ergonomía y la actividad física adaptada.

- Evaluar la percepción de los estudiantes sobre la propuesta implementada y su impacto en la prevención del dolor musculoesquelético, utilizando indicadores cuantitativos y cualitativos.

Presentación De Capítulos

El presente Trabajo Fin de Máster se estructura en varios capítulos que abordan de manera progresiva la problemática del dolor musculoesquelético en estudiantes de Formación Profesional Sanitaria y la propuesta de intervención basada en la actividad física.

En primer lugar, se contextualiza el estudio, resaltando la importancia de la prevención del dolor musculoesquelético en el ámbito educativo y profesional. Se presentan los objetivos de la investigación y la justificación de su relevancia en la formación de futuros técnicos sanitarios.

En segundo lugar, se desarrolla el marco teórico, en el que se revisan estudios previos y referencias científicas que respaldan la necesidad de incluir estrategias preventivas en la formación sanitaria. También se abordan conceptos clave como ergonomía, actividad física y salud ocupacional en este ámbito educativo.

En tercer lugar, se expone el marco normativo que regula la formación en Formación Profesional Sanitaria, tanto a nivel estatal como autonómico. Asimismo, se contextualiza el CIFP Los Gladiolos, describiendo sus características y las particularidades del alumnado, lo que permitirá justificar la elección de estrategias y metodologías en la propuesta de intervención.

El cuarto lugar está dedicado al diseño de la propuesta de intervención. Se detallan los elementos que la conforman, incluyendo su estructura, objetivos, estrategias didácticas empleadas y la integración de principios de ergonomía y actividad física en el proceso de

enseñanza-aprendizaje. También se analizan aspectos como la atención a la diversidad y el uso de recursos digitales en su implementación.

Finalmente, en quinto lugar, se presenta las conclusiones del estudio. En este apartado, se reflexiona sobre los hallazgos obtenidos y su impacto en la formación sanitaria. Se discuten las limitaciones del estudio y se proponen posibles líneas de investigación futuras para seguir profundizando en la prevención del dolor musculoesquelético en el ámbito educativo.

Metodología

Para la elaboración de este Trabajo Fin de Máster (TFM), se ha seguido una metodología basada en el diseño de una propuesta de intervención educativa, combinando la revisión bibliográfica con un análisis empírico.

El enfoque metodológico es de tipo mixto, ya que combina técnicas cuantitativas y cualitativas para analizar la prevalencia del dolor musculoesquelético en los estudiantes de Formación Profesional Sanitaria y evaluar la efectividad de la intervención propuesta.

Se han utilizado bases de datos científicas como Scopus, PubMed y Dialnet para fundamentar teóricamente el estudio.

Asimismo, se han analizado experiencias previas y se ha realizado un estudio empírico basado en encuestas y entrevistas a estudiantes del CIFP Los Gladiolos. Se incluye encuesta y resultados realizados al alumnado del CIFP Los Gladiolos en ANEXO I y II.

Finalmente, los datos obtenidos han sido analizados con herramientas estadísticas para determinar el impacto de la intervención propuesta.

Desarrollo Del Trabajo

Marco Normativo Estatal Y Específico De La Comunidad Autónoma De Referencia

La presente propuesta didáctica se sustenta en el marco legislativo que regula el sistema educativo español y de la comunidad autónoma de Canarias. Concretamente lo relacionado con la Formación Profesional de Grado Medio en el ámbito sanitario. Este marco normativo garantiza la coherencia pedagógica, metodológica y organizativa de la intervención diseñada, así como su adecuación a los principios de calidad, equidad e inclusión recogidos en la normativa vigente.

Marco Estatal

La normativa estatal establece el marco general para la regulación de la Formación Profesional en España, garantizando la calidad de la enseñanza y la adaptación a las necesidades del mercado laboral.

La Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE), y su modificación posterior mediante la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre (LOMLOE) establecen los principios básicos del sistema educativo español, entre ellos el aprendizaje competencial, la atención a la diversidad, el uso de metodologías activas y el desarrollo integral del alumnado.

La Ley Orgánica 3/2022, de 31 de marzo, de ordenación e integración de la Formación Profesional redefine el modelo de FP para adaptarlo a las nuevas realidades sociales y laborales. Esta norma impulsa el enfoque por competencias, el trabajo colaborativo con el entorno profesional, la digitalización educativa y la innovación pedagógica.

El currículo oficial para el ciclo es establecido por el Ministerio de Educación y Ciencia. El Real Decreto 546/1995, de 7 de abril establece el título de Técnico en Cuidados Auxiliares de Enfermería y las enseñanzas mínimas correspondientes. Este RD regula los módulos que integran el ciclo formativo, sus objetivos, contenidos, resultados de aprendizaje

y criterios de evaluación. En concreto, el módulo Técnicas Básicas de Enfermería se orienta al desarrollo de competencias en la atención directa al paciente, la higiene, la movilización, la prevención de riesgos laborales y el trabajo en equipo dentro de un entorno sanitario.

Aunque esta normativa se desarrolla bajo el marco de la LOGSE, sigue en vigor para este ciclo, a la espera de su adaptación plena al nuevo sistema de FP. No obstante, su desarrollo curricular permite articular propuestas pedagógicas innovadoras y flexibles.

Tabla 1

Marco estatal

Categoría	Normativa	Fecha	Descripción
Estatual - Constitución/Leyes	Constitución Española	1978	Artículos 27 y 43 sobre educación y salud
Estatual - Constitución/Leyes	Ley Orgánica 3/2022	31 de marzo de 2022	Ordenación e integración de la Formación Profesional
Estatual - Constitución/Leyes	Ley Orgánica 3/2020	29 de diciembre de 2020	Modifica la LOE de 2006 (LOMLOE)
Estatual - Constitución/Leyes	Ley Orgánica 2/2006	3 de mayo de 2006	Ley de Educación
Estatual - Reales Decretos	Real Decreto 658/2024	9 de julio de 2024	Requisitos mínimos y ordenación FP
Estatual - Reales Decretos	Real Decreto 499/2024	21 de mayo de 2024	Modifica títulos FP grado medio
Estatual - Reales Decretos	Real Decreto 659/2023	18 de julio de 2023	Ordenación del sistema FP
Estatual - Reales Decretos	Real Decreto 278/2023	11 de abril de 2023	Calendario implantación FP nueva ley

Estatal - Reales Decretos	Real Decreto 546/1995	7 de abril de 1995	Regula el título de Técnico en Cuidados Auxiliares de Enfermería
Estatal – Reales Decretos	Real Decreto 558/1995	7 de abril de 1995	Currículo official TCAE establecido por el Ministerio

Marco Autonómico:

La Comunidad Autónoma de Canarias adapta la legislación estatal a su realidad educativa mediante diversas leyes, decretos y órdenes específicas que regulan la Formación Profesional en el archipiélago.

El Decreto 114/2011, de 11 de mayo establece la ordenación general de la Formación Profesional en Canarias. Este decreto regula la organización de los ciclos formativos, la evaluación, los proyectos integrados y la relación entre módulos profesionales y competencias clave.

La Orden de 7 de abril de 2011, de la Consejería de Educación del Gobierno de Canarias, por la que se regula el desarrollo del currículo de los títulos de Formación Profesional derivados de la LOGSE y la LOE. Esta orden concreta la implantación de los módulos en los centros educativos canarios.

Además, el Plan Canario de Formación Profesional promueve la incorporación de metodologías activas, el uso de tecnologías emergentes, la colaboración con el entorno productivo y la formación del profesorado en innovación didáctica.

Tabla 2

Marco autonómico

Categoría	Normativa	Fecha	Descripción
Autonómica – Leyes	Ley 6/2014	25 de julio de 2014	Ley Canaria de Educación no Universitaria (Art. 33)
Autonómica – Decretos	Decreto 156/1996	20 de junio de 1996	Ordenación de FP específica en Canarias
Autonómica – Decretos	Decreto 114/2011	11 de mayo de 2011	Ordenación de FP general en Canarias
Autonómica - Órdenes	Orden de 7 de abril de 2011	7 de abril de 2011	Implantación en los centros educativos canarios
Autonómica - Órdenes	Orden de 22 de febrero de 2008	22 de febrero 2008	Acceso a FP y enseñanzas deportivas en Canarias
Autonómica - Órdenes	Orden de 29 de abril de 2005	29 de abril de 2005	Convalidaciones LOGSE FP Canarias
Autonómica - Órdenes	Orden de 3 de diciembre de 2003	3 de diciembre de 2003	Modifica evaluación FP específica
Autonómica - Órdenes	Orden de 20 de octubre de 2000	20 de octubre de 2000	Regula evaluación FP específica en Canarias

Aplicación En El CIFP Los Gladiolos

En el Centro Integrado de Formación Profesional Los Gladiolos, la normativa mencionada cobra especial relevancia en la especialidad de Procesos Sanitarios, donde se hace un esfuerzo constante por adaptar la formación a las exigencias del sector salud.

Dicho centro, reconocido por su compromiso con la innovación en la Formación Profesional, ha implementado diversas iniciativas en línea con la normativa vigente, incluyendo proyectos de movilidad Erasmus+ y colaboraciones con centros sanitarios locales para fortalecer la preparación de los estudiantes en el ámbito de los cuidados de salud.

Contextualización Del Centro Educativo:

El Centro Integrado de Formación Profesional (CIFP) Los Gladiolos es un centro público ubicado en Santa Cruz de Tenerife, en la Comunidad Autónoma de Canarias. Se especializa en la enseñanza de Formación Profesional en diversas ramas, destacando especialmente en la familia profesional de Procesos Sanitarios, donde se imparten titulaciones centradas en la atención y el cuidado de la salud.

El alumnado del centro es diverso y procedente de distintos puntos de la isla. El perfil mayoritario está compuesto por jóvenes y adultos que buscan una formación orientada al empleo, muchos de ellos con alta motivación por integrarse en el ámbito sanitario o sociocomunitario.

Historia:

El CIFP Los Gladiolos tiene sus raíces en 1985, cuando comenzó como una sección del Instituto Politécnico de Ofra. Al principio se conocía como IFP “Los Gladiolos-Simón Bolívar”, luego pasó a llamarse IFP Simón Bolívar, y finalmente, en el curso 1987-88, adoptó el nombre de IFP Los Gladiolos. Más adelante, en 1997-98, se convirtió en Instituto de Enseñanza Secundaria (IES) y, tras una serie de cambios, en el curso 2013-2014 se consolidó

como Centro Integrado de Formación Profesional, centrado especialmente en la formación técnica y sanitaria.

Entorno Y Localización

El centro se encuentra emplazado en una zona urbana de Santa Cruz de Tenerife, concretamente en el barrio de Los Gladiolos, bien comunicado con el resto de la ciudad gracias a su proximidad a una parada del tranvía con nombre “Cruz del Señor” (a unos cinco minutos a pie). En las inmediaciones se encuentran también centros de salud, copisterías y cafeterías, así como otras instituciones educativas, como el IES Andrés Bello, el IES Teobaldo Power y el IES Benito Pérez Armas, con los que existen posibilidades de colaboración y sinergias intercentros.

El nivel socioeconómico de las familias es medio, con una participación activa en la vida escolar a través de tutorías individuales, jornadas de puertas abiertas y la utilización de plataformas digitales como Píxel Ekade para la comunicación entre familias y profesorado. Esta plataforma permite informar sobre faltas de asistencia, calificaciones y otras notificaciones importantes.

Para la comunicación con el alumnado, se emplean herramientas como Google Classroom o el propio Campus Virtual del centro, donde se suben materiales, actividades, y se gestiona parte del seguimiento del proceso de aprendizaje. Además, algunos docentes utilizan herramientas complementarias como Moodle, especialmente en la modalidad semipresencial.

El centro dispone de dos edificios principales:

- Edificio Los Gladiolos: Situado en la intersección entre las calles Almadi y Prolongación Albéniz, en paralelo con la calle Simón Bolívar.
- Edificio Poeta Viana: Ubicado en la calle Simón Bolívar, n.º 7, con acceso directo desde dicha vía.

Figura 1

Fachada edificio CIFF Los Gladiolos y del edificio Poeta Viana



Imágenes propias

Ambos edificios cuentan con aparcamiento exclusivo para el personal docente, aunque el acceso a esta zona está restringido para estudiantes en prácticas.

La disponibilidad de estacionamiento en la zona es limitada, lo que refuerza la utilidad del transporte público como alternativa viable.

Instalaciones

Las instalaciones del centro están orientadas a facilitar una formación práctica y especializada. En el Edificio Los Gladiolos, distribuido en dos plantas, se encuentran: Planta baja: conserjería, sala de profesores, salón de actos, sala de reuniones, aula de informática, baños adaptados para el personal y el alumnado (incluyendo uno para personas con movilidad reducida), tres baños para estudiantes, una cancha polideportiva (adaptada para fútbol, baloncesto y tenis), cafetería, diversos departamentos y cuatro aulas. Primera planta: catorce aulas, cinco laboratorios, ocho talleres especializados, un aula ATECA (espacio de tecnología aplicada), biblioteca y tres baños para alumnos.

En cuanto al Edificio Poeta Viana, cuenta con: veinte aulas distribuidas en cuatro plantas, secretaría, un baño para profesorado y cuatro baños para el alumnado (uno en cada planta), una cancha deportiva, tres laboratorios, dos aulas de informática, salón de actos, un departamento y una biblioteca.

Oferta Formativa

La oferta educativa del CIFP Los Gladiolos es amplia y especializada, especialmente en el ámbito sanitario, aunque también incorpora titulaciones de otras familias profesionales. El centro imparte ciclos formativos de grado medio y grado superior en modalidad presencial y semipresencial, facilitando así el acceso a estudiantes con distintas necesidades de conciliación.

Ciclos De Grado Medio En El Área Sanitaria

Cuidados Auxiliares de Enfermería, Emergencias Sanitarias, Farmacia y Parafarmacia. Modalidad: Presencial y semipresencial.

Ciclos De Grado Superior En El Ámbito Sanitario

Dietética, Higiene Bucodental, Anatomía Patológica y Citodiagnóstico, Audiología Protésica, Documentación y Administración Sanitarias, Imagen para el Diagnóstico y Medicina Nuclear, Laboratorio Clínico y Biomédico, Prótesis Dentales, Radioterapia y Dosimetría.

Otras Familias Profesionales Con Presencia En El Centro

Servicios Socioculturales y a la Comunidad: Educación Infantil, Integración Social, Animación Sociocultural y Turística, Promoción de Igualdad de Género. Mantenimiento y Servicios a la Producción Seguridad y Medio Ambiente: Educación y Control Ambiental, Química y Salud Ambiental.

La oferta formativa del centro está alineada con las demandas del mercado laboral y combina contenidos teóricos con un fuerte componente práctico, lo que permite al alumnado desarrollar competencias profesionales desde una perspectiva aplicada.

El centro cuenta actualmente con 1916 plazas escolares aproximadamente, con una ratio media por aula de entre 20 y 30 estudiantes, dependiendo de la modalidad y nivel. Está compuesto por 21 unidades de formación profesional, distribuidas entre los distintos ciclos de grado medio y superior. El equipo docente se organiza en departamentos didácticos y cuenta con un equipo directivo conformado por la dirección, la jefatura de estudios y la secretaría. Además, existe coordinación entre los distintos departamentos de familia profesional, especialmente en el ámbito sanitario.

Durante el periodo de prácticas, se ha trabajado con varios grupos de primer curso del ciclo de Cuidados Auxiliares de Enfermería, tanto en modalidad presencial como semipresencial. Uno de los grupos con los que se diseña la situación de aprendizaje es el grupo 1º B de este ciclo.

Este grupo está formado por 20 estudiantes, con una media de edad de 23 años. La mayoría reside en zonas cercanas al centro, aunque también hay alumnado procedente de otros municipios. En cuanto al perfil socioeconómico, es medio, con una presencia significativa de estudiantes que compaginan sus estudios con trabajos a tiempo parcial.

En el grupo se han identificado diversas Necesidades Específicas de Apoyo Educativo (NEAE), según la clasificación de la LOMLOE (Art. 71), entre las que destacan:

1. Estudiantes con dificultades específicas de aprendizaje, particularmente dislexia, que requieren adaptaciones metodológicas y apoyo en la organización de contenidos.
2. Estudiantes con situaciones socioeconómicas desfavorecidas, lo que afecta a su asistencia regular y acceso a recursos digitales.

Estas situaciones son abordadas desde el centro mediante tutorías individualizadas, seguimiento por parte del Departamento de Orientación y la aplicación de medidas inclusivas dentro del aula.

Presentación De La Propuesta Pedagógica, Análisis Y Proyecto De Mejora A La Misma

Análisis Y Propuesta De Mejora De La Programación Didáctica Del Módulo Técnicas Básicas De Enfermería

El módulo de Técnicas Básicas de Enfermería (TBE) forma parte del currículo del primer curso del Ciclo Formativo de Grado Medio en Cuidados Auxiliares de Enfermería. Se trata de un módulo clave dentro de la formación profesional sanitaria, ya que permite al alumnado adquirir las habilidades, conocimientos y actitudes necesarias para la atención directa al paciente en su día a día profesional.

La presente propuesta tiene como finalidad analizar la programación didáctica oficial del módulo (basada en la PGA del curso 2024-2025 del CIFP Los Gladiolos) e identificar posibles áreas de mejora en su diseño, metodología, evaluación e integración de recursos innovadores. Este análisis se fundamenta en el Real Decreto 546/1995, por el que se establece el título de Técnico en Cuidados Auxiliares de Enfermería, así como en la normativa autonómica correspondiente, el currículo y los documentos institucionales del centro.

Análisis curricular del módulo

A continuación, se presentan los elementos curriculares esenciales del módulo, extraídos de la normativa vigente y de la PGA actual del centro, y, posteriormente, haré una crítica y propuesta de mejora.

Actualmente, el módulo tiene una duración de 256 horas anuales, distribuidas entre los tres trimestres. No existen resultados de aprendizaje, según RD 546/1995, se sustituye por capacidades terminales que serán:

1. Analizar los requerimientos técnicos necesarios para realizar la higiene personal de un paciente/cliente de acuerdo con el estado y/o situación del mismo.
2. Adaptar los protocolos de traslado, movilización y deambulación de un paciente/cliente en función del estado y necesidades del mismo.
3. Analizar los requerimientos técnicos necesarios para facilitar la observación y/o exploración médica de un paciente/cliente de acuerdo con su estado y/o condiciones físicas.
4. Interpretar órdenes de tratamiento, precisando la vía de administración y el material a utilizar en función de la técnica demandada.
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.
6. Analizar las técnicas de asistencia sanitaria de urgencia determinando la más adecuada de acuerdo con la situación y grado de aplicabilidad.

Cada una de las capacidades terminales tiene sus criterios de evaluación recogidos en la PGA 24/25.

Los contenidos básicos resumidos del módulo son: Higiene y aseo del enfermo; movilización, traslado y deambulación de pacientes; preparación a la exploración médica y constantes vitales; principios de dietética; administración de medicación; primeros auxilios; cuidados en los servicios hospitalarios.

La metodología prevista (según PGA) son clases teóricas expositivas; prácticas en aula taller; uso de fichas técnicas y simulación de casos.

La evaluación se basa principalmente en pruebas escritas y pruebas prácticas, además de algunas actividades variadas. Instrumentos: rúbricas de desempeño, pruebas escritas, trabajos prácticos. Criterios: dominio técnico, actitud profesional, higiene y trabajo en equipo.

Valoración crítica de la programación actual

Tras revisar la programación, se pueden destacar los siguientes puntos:

Fortalezas:

- La distribución de los contenidos es progresiva y adecuada al nivel del alumnado.
- Se contempla una carga importante de prácticas, lo cual es fundamental en FP Sanitaria.
- La evaluación contempla instrumentos variados, no solo pruebas escritas.

Debilidades o aspectos mejorables:

- Existe un enfoque excesivamente tradicional en la metodología (predominan clases expositivas).
- Se hace escasa referencia al uso de metodologías activas como el ABP, aprendizaje cooperativo o gamificación.
- No se menciona el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) ni estrategias inclusivas específicas.
- La integración de TIC está limitada a aspectos administrativos o teóricos (PowerPoint, fichas).
- La educación para la salud, prevención de lesiones y autocuidado del alumnado no se aborda de forma explícita.
- El vínculo con los ODS (3, 4, 5 y 8) no se explicita a pesar de ser transversal en la normativa educativa actual.

Propuesta de mejora

Con base en este análisis, se proponen las siguientes mejoras:

- Incorporación explícita de metodologías activas: ABP, simulación clínica, aprendizaje cooperativo y gamificación en al menos un 30% de las sesiones.
- Diseño de unidades didácticas específicas orientadas al autocuidado del alumnado, la higiene postural y la prevención de lesiones, reforzando así su formación profesional y personal.
- Aplicación del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) desde el diseño de sesiones y recursos, garantizando accesibilidad cognitiva, metodológica y tecnológica.
- Integración de herramientas TIC específicas: como simuladores virtuales de movilización, apps de análisis postural, y recursos interactivos.
- Articulación de los contenidos con los ODS: especialmente el ODS 3 (Salud y bienestar), ODS 4 (Educación de calidad) y ODS 8 (Trabajo decente y crecimiento económico).
- Revisión de los instrumentos de evaluación para incluir más actividades reflexivas, autoevaluación y coevaluación.

Tabla 3

Resumen de la propuesta de mejora

Aspecto	Situación actual	Propuesta de mejora
Metodología	Predominio de clases expositivas	Incorporación de ABP, simulación y aprendizaje cooperativo
Inclusión	Sin mención explícita a DUA	Aplicación del DUA desde el diseño de tareas y materiales

Aspecto	Situación actual	Propuesta de mejora
TIC	Uso limitado (PowerPoint, recursos teóricos)	Introducción de herramientas como RV, apps de ergonomía, herramientas interactivas
Prevención y autocuidado	Tratamiento implícito o generalizado	Diseño de SA específica sobre higiene postural y prevención de lesiones musculoesqueléticas
Evaluación	Pruebas escritas, rúbricas de desempeño	Añadir rúbricas de autoevaluación, diarios de aprendizaje y coevaluación
Conexión con ODS	No aparece reflejada	Incorporación intencionada y vinculada con actividades concretas

Asimismo, mi nueva propuesta pedagógica se centrará en la mejora del bienestar físico del alumnado del ciclo formativo de Cuidados Auxiliares de Enfermería (CAE), abordando una carencia formativa detectada en relación con la prevención del dolor musculoesquelético mediante el autocuidado y la higiene postural. Se pretende integrar una Situación de Aprendizaje (SA) dentro del módulo de "Técnicas Básicas de Enfermería", alineada con el enfoque competencial de la LOMLOE y con una metodología activa basada en el modelo DUA.

Durante el período de prácticas en el CIFP Los Gladiolos, se observaron casos de alumnado que presentaban molestias musculoesqueléticas, derivadas tanto de sus hábitos posturales inadecuados en el entorno escolar y doméstico, como de la falta de preparación física general. Estas evidencias, junto con los resultados de un diagnóstico inicial realizado mediante cuestionarios, evidenciaron la necesidad de una intervención específica, orientada a

la promoción de la salud postural y la concienciación sobre los riesgos laborales en el ámbito sanitario.

Elementos Curriculares

La presente revisión se centra en los elementos curriculares del módulo profesional Técnicas Básicas de Enfermería, perteneciente al Ciclo Formativo de Grado Medio de Cuidados Auxiliares de Enfermería, en el marco del Real Decreto 546/1995, de 7 de abril, por el que se establece el título y las enseñanzas mínimas del ciclo. A su vez, se incorporan los principios y definiciones recogidos en el artículo 2 del Real Decreto 217/2022, donde se conceptualizan los componentes del currículo como las competencias profesionales, los resultados de aprendizaje, los criterios de evaluación, los contenidos, los saberes básicos, las metodologías, y los sistemas de evaluación.

La propuesta parte de un análisis crítico de la programación oficial del módulo, a la que se han detectado carencias como la distribución fragmentada de los contenidos, escasa presencia de actividades prácticas relacionadas con la prevención del dolor musculoesquelético y un enfoque teórico que no favorece el desarrollo competencial. Por ello, se propone una reorganización de los contenidos en 5 unidades didácticas, cada una con su secuencia pedagógica, vinculada con los resultados de aprendizaje, criterios de evaluación e instrumentos adecuados. Esta reorganización permite una mayor contextualización, aplicabilidad y conexión con el entorno profesional.

Contenidos

En la programación original del módulo, los contenidos se desarrollan a lo largo de 18 unidades de trabajo, repartidas en tres evaluaciones. Si bien esta estructura cubre de forma exhaustiva los saberes, su fragmentación dificulta el enfoque global y competencial, y no siempre facilita la relación directa entre teoría y práctica.

En mis prácticas he observado que el alumnado tiende a estudiar para cada UD y una vez aprobada, olvidan lo anterior y no lo integran en las siguientes UD. Dificultando así que puedan desempeñar una buena labor completa cuando llegan a sus prácticas clínicas e incluso al entorno laboral.

Propuesta de mejora: reorganizar los contenidos en seis unidades didácticas integradas, cada una diseñada con una progresión clara, conexión entre conceptos y aplicación práctica directa. Esta reorganización mejora la accesibilidad a los contenidos, reduce la carga teórica redundante y refuerza el enfoque competencial.

Tabla 4

Contenidos de las unidades didácticas

Unidad Didáctica	Contenidos principales
UD1. Fundamentos de auxiliar enfermería	Higiene, confort, eliminación, cuidados postmortem
UD2. Ergonomía, educación postural y ejercicio físico	Actividad física y prevención de dolor musculoesquelético
UD3. Movilización, traslado y deambulación de pacientes	Cambios posturales, traslado, deambulación, prevención de UPP
UD4. Exploración y constantes vitales	Técnicas, posiciones, toma y registro de parámetros
UD5. Nutrición, medicación y urgencias	Dietas, administración de fármacos, primeros auxilios
UD 6 Comunicación con el paciente y apoyo psicológico	Comunicación, empatía, estrategias de afrontamiento y técnicas de apoyo

Tabla 5

Distribución temporal

Unidad Didáctica	Periodo estimado	Duración (semanas)	Observaciones
UD1. Fundamentos de auxiliar enfermería	Septiembre – octubre	6 semanas	Inicio del curso, sesiones introductorias y repaso básico.
UD2. Ergonomía, educación postural y ejercicio físico	Octubre – noviembre	4 semanas	Incluye actividades prácticas en aula taller.
UD3. Movilización, traslado y deambulación de pacientes	Noviembre – diciembre	6 semanas	Incluye actividades prácticas en aula taller.
UD4. Exploración y constantes vitales	Enero – febrero	6 semanas	Vinculada a prácticas simuladas y mediciones. Se adapta al calendario de Semana Santa.
UD5. Nutrición, medicación y urgencias	Febrero – marzo	6 semanas	Se adapta al calendario de Semana Santa.
UD 6 Comunicación con el paciente y apoyo psicológico	Abril – mayo	6 semanas	Unidad didáctica final, recuperaciones y evaluaciones finales

La distribución temporal busca un equilibrio entre teoría y práctica, con una carga progresiva que permite trabajar de forma profunda los contenidos más técnicos (como la movilización o la administración de cuidados). La planificación deja margen suficiente para

la evaluación continua, el desarrollo de situaciones de aprendizaje, la atención a la diversidad y la recuperación de aprendizajes no consolidados.

Se tendrá que marcar en el calendario los festivos de cada año (semanas no lectivas), el inicio de la unidad previsto, las semanas con sesiones prácticas, las actividades complementarias.

Cada unidad se estructura en:

- Sesión de introducción: activación de conocimientos previos (10 min).
- Sesiones de desarrollo: exposición de contenidos, simulaciones o trabajo en taller.
- Sesión de consolidación: práctica final supervisada o evaluación técnica.
- Sesión de evaluación: entrega de tareas, autoevaluación o defensa oral.

Actividades propuestas:

- Actividades de introducción: vídeos, debates, casos reales.
- Actividades de desarrollo: ejercicios prácticos, análisis de errores, trabajo en grupo.
- Actividades de consolidación: portafolio, redacción de informes, prácticas repetidas.
- Actividades de refuerzo: material visual, sesiones de tutoría.
- Actividades de enriquecimiento: tareas voluntarias, uso de aplicaciones, retos semanales.

La reorganización curricular permite la inclusión de contenidos transversales relevantes para el ciclo, en consonancia con el art. 39 de la LOMLOE:

- ODS 3: promoción de la salud y prevención del dolor musculoesquelético.
- ODS 4: aprendizaje significativo, accesible y práctico.
- ODS 5: igualdad de trato, comunicación empática y no sexista.

- ODS 8: autocuidado y bienestar profesional.
- Uso seguro de tecnologías sanitarias (competencia digital)

Competencias Y Objetivos Generales

La competencia general del módulo es: “Proporcionar cuidados auxiliares al paciente y actuar sobre las condiciones sanitarias de su entorno como miembro del equipo de enfermería en atención primaria o especializada, bajo supervisión profesional, aplicando técnicas básicas en condiciones de calidad, seguridad y bienestar.”

Los objetivos del módulo sacados del Real Decreto 546/1995 son:

- “Proporcionar cuidados sanitarios a pacientes/clientes aplicando técnicas básicas de enfermería.”
- “Obtener registros de las constantes vitales del organismo y representarlas gráficamente en el soporte documental adecuado.”
- “Reconocer y seleccionar el material, instrumental y equipo necesario para la correcta ayuda en consulta o servicios sanitarios.”
- “Seleccionar y en su caso aplicar técnicas de protección y prevención de infecciones hospitalarias y de mantenimiento de la higiene y comodidad de los pacientes.”
- “Participar activamente en el desarrollo de programas de salud y actuar como agente sanitario, transmisor al público en general de mensajes saludables.”
- “Comprender y explicar los diferentes estados anímicos que experimentan los pacientes en situaciones especiales y favorecer en lo posible el objetivo de humanización de la asistencia.”
- “Aplicar técnicas de primeros auxilios y cuidados sanitarios ante diferentes situaciones de urgencia tipo.”

- “Comprender y, en su caso, transmitir mensajes técnicos en el lenguaje propio del sector sanitario.”

El Real Decreto 546/1995 también menciona las capacidades profesionales, personales y sociales. De ahí cabe destacar que:

El profesional debe comprender el lenguaje y la información relacionada con la atención sanitaria para desempeñar correctamente sus funciones. Entre sus tareas se incluye la organización y gestión básica de consultas, especialmente en el ámbito privado, como el control del material sanitario y su reposición. Además, debe tener una visión integral del estado de los pacientes, los cuidados que requieren y el material necesario para cada procedimiento. También se espera que fomente un trato humano y cercano, aplicando apoyo psicológico y educación sanitaria según sus competencias. Promover hábitos higiénicos y preventivos en la población. Trabajar en equipo, cumpliendo objetivos, comunicándose eficazmente y adaptándose a cambios tecnológicos y organizativos en el entorno sanitario. Actuar con rapidez y serenidad ante emergencias, siguiendo los protocolos establecidos. En cuanto a su autonomía, se le exige responsabilidad en tareas como la limpieza y conservación del material, el mantenimiento del entorno del paciente, la citación y registro de datos, la aplicación de cuidados básicos, primeros auxilios y administración de medicamentos por vías no invasivas. También puede colaborar en la preparación de medicación bajo supervisión y manejar el equipo a su cargo con conocimiento y cuidado.

A continuación, se concretarán en una tabla resumen las unidades de competencia.

Tabla 6

Unidad de competencia

Código	Unidad de Competencia
C1	Preparar materiales y procesar la información según competencia

Código	Unidad de Competencia
C2	Aplicar cuidados auxiliares de enfermería
C3	Cuidar condiciones sanitarias del entorno, del paciente y materiales
C4	Técnicas apoyo psicológico y educación sanitaria a pacientes

Se relacionan a continuación las unidades didácticas con las capacidades terminales y los criterios de evaluación, adaptados a la mejora curricular propuesta.

Tabla 7

Resumen elementos curriculares

UD	Contenidos	Objetivos del ciclo	Unidad de competencia	Capacidades terminales	CE	Instrumentos	CC
UD 1	Fundamentos de auxiliar enfermería	Proporcionar cuidados sanitarios. Aplicar técnicas de atención directa	C1, C2	CT1	CE1, CE2	Rúbrica práctica, observación, examen	18
UD 2	Ergonomía, educación	Autocuidado,	C3, C4	CT2	CE3, CE4	Práctica, guía visual,	18

	postural y ejercicio físico	programa y promoción salud				portfolio, autoevaluación	
UD 3	Movilización, traslado y deambulació n de pacientes	Aplicar movilizaci ones seguras	C3	CT2	CE5	Práctica, examen, tareas	18
UD 4	Exploración y constantes vitales	Obtener registros constantes vitales y representa r las. Reconocer y selecciona r material necesario	C1, C2, C3	CT3	CE6	Examen técnicos, práctica tareas aplicadas	18
UD 5	Nutrición, medicación y urgencias	Proporcio nar cuidados sanitarios. Reconocer	C2, C3	CT4, CT5, CT6	CE7	Práctica, examen, actividades individuales y trabajos	18

		y					
		selecciona					
		r material					
		necesario.					
		Aplicar					
		técnicas de					
		primeros					
		auxilios y					
		cuidados					
		sanitarios					
		ante					
		urgencias					

UD6	Comunicació	Comprend	C4	CT3	CE8	Rúbrica	10
	n con el	er estados				práctica,	
	paciente y	ánimicos,				observación	
	apoyo	humanizac					
	psicológico	ión					
		sanitaria					

Evaluación y Calificación

La evaluación del módulo Técnicas Básicas de Enfermería se fundamenta en un enfoque continuo, formativo y competencial, adaptado a las características del alumnado y coherente con los principios de la LOMLOE y la normativa de Formación Profesional. El sistema de evaluación se estructura en tres momentos fundamentales: inicial, procedimental y

final, integrando de forma coherente los resultados de aprendizaje, los criterios de evaluación y la aplicación de instrumentos diversos.

Tipos de evaluación:

1. Evaluación inicial:

Se lleva a cabo al comienzo del módulo con el fin de conocer el punto de partida del alumnado, detectar conocimientos previos, posibles carencias y establecer estrategias de apoyo. Se utilizan cuestionarios diagnósticos, dinámicas orales y observación del trabajo inicial en aula taller.

2. Evaluación procedimental:

Se desarrolla durante todo el proceso de enseñanza-aprendizaje. Permite valorar la progresión del alumnado, su implicación en las tareas, la aplicación de conocimientos en contextos simulados y el desarrollo de habilidades prácticas. Se emplean rúbricas, registros de observación, actividades individuales y trabajos grupales.

3. Evaluación final:

Tiene como objetivo comprobar si el alumnado ha alcanzado los resultados de aprendizaje al término de cada unidad o trimestre. Se lleva a cabo mediante prácticas técnicas, presentaciones, cuestionarios, informes o la elaboración de un producto final.

Capacidades terminales y criterios de evaluación:

Las capacidades terminales y criterios de evaluación (CE) se concretan en la programación didáctica del módulo y se distribuyen de forma progresiva a lo largo de las unidades didácticas. Cada capacidad terminal está vinculado a varios CE, lo que permite establecer indicadores observables y evaluables del progreso del alumnado.

Instrumentos de evaluación:

A lo largo del módulo se aplicarán los siguientes instrumentos de evaluación, seleccionados en función del tipo de actividad, la diversidad del grupo y el momento del proceso:

- Rúbricas de evaluación técnica y actitudinal.
- Listas de cotejo y escalas de observación.
- Cuaderno de prácticas del alumnado.
- Portafolio individual y diario reflexivo.
- Cuestionarios o exámenes escritos y pruebas prácticas.
- Exposiciones orales y trabajos grupales.
- Autoevaluaciones guiadas.

La combinación de estos instrumentos permite una evaluación más objetiva, personalizada y ajustada al nivel competencial de cada estudiante.

La calificación final se obtiene aplicando los siguientes porcentajes:

Tabla 8

Calificación final

Elemento evaluado	Porcentaje
Prácticas técnicas en aula taller	40%
Exámenes o cuestionarios escritos	25%
Actividades individuales y trabajos	20%
Proyecto final o evaluación práctica	10%
Participación y actitud	10%
Autoevaluación del proceso	5%

Esta distribución busca valorar tanto la dimensión técnica como la actitudinal, fomentando la reflexión personal sobre el propio aprendizaje.

Recuperación de la materia no superada:

El alumnado que no haya alcanzado los resultados de aprendizaje en la evaluación ordinaria contará con planes de recuperación personalizados. Estos podrán consistir en:

- Repetición o mejora de las prácticas técnicas no superadas.
- Repetición de exámenes escritos no superados.
- Realización de actividades adaptadas.
- Entrega corregida del portafolio.
- Entrevista reflexiva guiada con el docente.
- Tutorías individuales con seguimiento del progreso.

Se garantizará que la recuperación evalúe los mismos criterios de evaluación y mantenga la coherencia con los principios metodológicos del módulo.

Actividades TIC

Las tecnologías de la información se integran como parte del entorno de aprendizaje y no como un complemento:

- Edpuzzle: análisis de vídeos con pausas interactivas para reflexionar sobre posturas y movimientos erróneos.
- Kahoot: repaso gamificado de conceptos teóricos.
- Canva: diseño de infografías sobre higiene postural y ergonomía.
- Google Classroom: centralización de recursos, actividades y comunicación.

Estas herramientas permiten una experiencia más inclusiva, accesible y motivadora para todo el grupo-clase.

Metodologías Activas

La propuesta se fundamenta en metodologías que favorecen el aprendizaje significativo y la participación activa:

- Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP): donde el alumnado desarrolla un plan de autocuidado postural aplicable en su vida diaria y futura vida profesional.
- Aprendizaje Cooperativo: equipos heterogéneos con roles definidos fomentan el trabajo conjunto y el apoyo entre iguales.
- Aula Invertida: parte de los contenidos se visualizan fuera del aula para dedicar el tiempo presencial a la aplicación práctica.
- Aprendizaje Experiencial: se realizan simulaciones de movilización y posturas correctas en entornos reales.

Desarrollo De Valores Relativos A Equidad Y Diversidad

La propuesta garantiza una atención equitativa e inclusiva:

- Equidad de género: se promueve la visibilización de referentes femeninos y masculinos en el ámbito sanitario.
- Diversidad cultural: inclusión de ejemplos y casos de distintos contextos culturales.
- Atención a la diversidad funcional y cognitiva: materiales adaptados, aprendizaje multinivel y estrategias del DUA.

Los objetivos están alineados con los ODS 4 (Educación de calidad) y 5 (Igualdad de género).

Desarrollo De Valores Éticos

Se fomenta una cultura ética basada en la responsabilidad, la empatía y el respeto:

- Reflexión sobre la ética del cuidado: dilemas éticos simulados.

- Talleres de conciencia corporal: para conectar el bienestar físico con la salud mental.
- Debates guiados: sobre los límites del autocuidado en profesiones de ayuda.
- En consonancia con los ODS 3 (Salud y bienestar) y 10 (Reducción de desigualdades).

Atención A La Diversidad

Este módulo contempla medidas específicas de atención a la diversidad:

- Alumna con dislexia: se proporcionan contenidos con apoyo visual, lecturas simplificadas, vídeos subtítulos y textos con letra accesible.
- Alumno con situación socioeconómica vulnerable: uso de recursos gratuitos en línea, posibilidad de entrega en papel, tutorías individuales para resolver dudas.

Además, se incluyen adaptaciones en la temporalización, organización de tareas y formas de evaluación. Todo ello en cumplimiento del Art. 71 de la LOMLOE sobre necesidades específicas de apoyo educativo.

La colaboración con el Departamento de Orientación ha sido clave en el diseño de esta atención personalizada. Se busca que ningún estudiante quede atrás y que todos puedan beneficiarse de una formación profesional que promueva el bienestar integral.

En resumen, esta propuesta se configura como una intervención innovadora, inclusiva y transformadora, que pone en el centro el cuidado del cuerpo como herramienta de prevención y sostenibilidad profesional. La transferencia de lo aprendido a los entornos clínicos reales es inmediata y contribuye a formar profesionales más conscientes, sanos y responsables consigo mismos y con los demás.

Desarrollo Situación De Aprendizaje

La unidad didáctica que se va a trabajar es el trabajo y aprendizaje de la ergonomía, educación postural y ejercicio físico. El título de la SA es “Cuidarme para cuidar: movimiento y postura para una vida saludable”. Será la Unidad didáctica 2 del módulo de Técnicas Básicas de Enfermería del Ciclo de Formación Profesional de grado medio de TCAE. A continuación, se expone un tabla a modo de resumen:

Tabla 9

Resumen SA

Centro educativo	CIFP Los Gladiolos (Santa Cruz de Tenerife)
Nivel/Formación	Primer curso del Ciclo Formativo de Grado Medio en Cuidados Auxiliares de Enfermería
Curso y grupo	1.º curso B
Número de estudiantes	20 alumnos/as
Áreas implicadas	Módulo de Técnicas Básicas de Enfermería. Módulo de Promoción de la Salud. Módulo de Higiene del medio hospitalario-
Planes institucionales y ODS trabajados	Plan de Igualdad, Plan de Salud Escolar, Plan de Acción Tutorial. Plan de Convivencia. Proyecto ATECA, ODS 3 (Salud y bienestar), ODS 4 (Educación de calidad). ODS 5 (Igualdad de Género). ODS 10 (Reducción de las desigualdades)

Justificación Inicial

El dolor musculoesquelético (DME) se ha convertido en una problemática de salud prevalente en el ámbito laboral, afectando significativamente la calidad de vida y el desempeño de los profesionales, especialmente en el sector sanitario (Rivera et al. 2023).

En este contexto, los estudiantes de Formación Profesional (FP) Sanitaria, durante su formación, se enfrentan a exigencias físicas que pueden predisponerlos al desarrollo de este tipo de dolencias.

La literatura científica ha identificado factores de riesgo clave, como las posturas mantenidas, los movimientos repetitivos, la carga física, el estrés y la falta de formación en ergonomía, que contribuyen a la aparición de trastornos musculoesqueléticos (Arenas y Cantú, 2013).

Diversos estudios han analizado la prevalencia del DME en profesionales sanitarios, revelando que un alto porcentaje experimenta molestias en regiones como la zona lumbar, cervical y extremidades superiores (Hernández et al. 2021).

Un estudio realizado por Magnago et al (2019) en el que se entrevistó a 498 trabajadores de enfermería se encontró que la prevalencia de DME (dolor musculoesquelético) fue del 91,4%.

En el caso de los estudiantes de FP Sanitaria, la situación es similar, ya que desde sus prácticas académicas se ven expuestos a posturas y movimientos que, sin una adecuada educación en prevención, pueden generar consecuencias a largo plazo (Rivera et al. 2023).

Un estudio realizado por Rivera et al (2023) con estudiantes sanitarios en su estancia de prácticas clínicas encontró que el 92,8% de ellos presentaban problemas músculos esqueléticos, principalmente en zona lumbar (84%), cuello (72%), hombros (52%), rodillas

(52%) y caderas (32,5%). Otro estudio realizado por Camargo et al. (2009) en estudiantes de áreas de salud encontró que, el día de la encuesta, la prevalencia de dolor era del 34,2% entre sus estudiantes.

La literatura científica ha identificado diversos factores de riesgo que contribuyen a la aparición de DME en estudiantes de FP Sanitaria: (González, 2022; Toloza et al. 2012).

Los estudiantes de FP Sanitaria a menudo deben adoptar posturas mantenidas durante largos períodos de tiempo, ya sea al realizar prácticas en laboratorios, hospitales o centros de salud. Estas posturas pueden sobrecargar los músculos y las articulaciones, aumentando el riesgo de DME (Fuentes, 2022).

Muchos de los procedimientos y técnicas que aprenden los estudiantes de FP Sanitaria implican movimientos repetitivos, como la manipulación de equipos, la realización de vendajes o la aplicación de masajes. Estos movimientos pueden generar fatiga muscular y aumentar el riesgo de lesiones (Arenas y Cantú, 2013).

Algunos estudiantes de FP Sanitaria deben levantar o movilizar pacientes, lo que puede suponer una carga física importante y aumentar el riesgo de lesiones en la espalda y otras regiones (Arenas y Cantú, 2013).

El estrés académico y laboral también puede ser un factor de riesgo para el DME. Los estudiantes de FP Sanitaria a menudo se enfrentan a altas exigencias académicas y a la presión de tener que realizar prácticas en entornos reales, lo que puede generar estrés y tensión muscular (Rhoden, 2021).

La falta de formación en ergonomía es otro factor de riesgo importante. Muchos estudiantes de FP Sanitaria no reciben una formación adecuada sobre cómo adoptar posturas correctas, cómo utilizar equipos de forma segura o cómo prevenir lesiones (Toloza et al. 2012).

La actividad física regular y la aplicación de principios de ergonomía se han demostrado como enfoques preventivos efectivos para reducir la incidencia de DME (González, 2022; Toloza et al. 2012).

Investigaciones recientes han evidenciado que la implementación de programas de ejercicio adaptado no solo mejora la salud musculoesquelética, sino que también favorece el bienestar general de los profesionales sanitarios, disminuyendo el estrés oxidativo y estrés laboral (Casado et al. 2014).

La actividad física regular puede fortalecer los músculos, mejorar la flexibilidad y aumentar la resistencia, lo que puede ayudar a prevenir lesiones y reducir el dolor. Además, la actividad física puede mejorar la circulación sanguínea, reducir el estrés y promover la relajación, lo que también puede contribuir a la prevención del DME. (Iñiguez y Cruz, 2021).

En el ámbito educativo, la inclusión de estrategias de prevención dentro del currículo de FP Sanitaria se considera un aspecto fundamental para la reducción de riesgos a futuro. La literatura destaca la importancia de integrar metodologías activas que promuevan el aprendizaje significativo en materia de higiene postural y actividad física, permitiendo que los estudiantes del área de salud adquieran hábitos saludables desde su etapa formativa (Camargo et al. 2009). Estas metodologías deben ir más allá de la transmisión de conocimientos, buscando generar un cambio en la actitud y el comportamiento de los estudiantes hacia el cuidado de su salud.

El uso de tecnologías en la educación puede ser una herramienta efectiva para concienciar a los estudiantes sobre la importancia del autocuidado. Aplicaciones, simuladores y herramientas digitales pueden permitir la práctica y evaluación de posturas y movimientos adecuados, facilitando la comprensión de conceptos ergonómicos y su aplicación en la práctica diaria.

Esta situación de aprendizaje parte de una necesidad real: formar al alumnado en la prevención de patologías musculoesqueléticas derivadas del ejercicio profesional en contextos sociosanitarios. El alumnado de primer curso del ciclo en Cuidados Auxiliares de Enfermería necesita herramientas teóricas y prácticas para afrontar su futura labor con conocimiento, autonomía y conciencia corporal.

- **Fundamentación general:** La SA está basada en el enfoque competencial y preventivo, articulado desde los principios de la Formación Profesional actual. Se promueve una enseñanza práctica, situada y orientada a la empleabilidad, en línea con la LOMLOE y la Ley Orgánica 3/2022 de FP.

- **Vinculación con la vida cotidiana:** Se trabajan situaciones realistas propias del entorno laboral sociosanitario, con aplicación directa en sus prácticas clínicas y en su vida profesional futura, mediante simulaciones, dinámicas posturales, análisis ergonómico y reflexión crítica. Además, muchos trabajan o ayudan en entornos familiares. La SA promueve cambios reales en su vida diaria.

- **Vinculación con los intereses del alumnado:** Las tareas están diseñadas a partir de sus motivaciones profesionales, promoviendo el trabajo en equipo, el aprendizaje autónomo y el uso de TIC. Durante las prácticas, el grupo muestra un interés moderado-alto por las dinámicas prácticas y por actividades con sentido profesional directo.

- **Reto o problema a resolver:** El alumnado debe desarrollar, a través de esta SA, estrategias preventivas para evitar lesiones musculoesqueléticas en su futuro entorno laboral. Deben preguntarse cómo pueden cuidar su cuerpo mientras cuida a otros. Como producto final, elaborarán una guía visual con buenas prácticas ergonómicas dirigidas a personal sanitario.

Contextualización

Contextualización curricular

La unidad didáctica integrada en esta situación de aprendizaje se ubica en el módulo profesional “Técnicas Básicas de Enfermería” del primer curso del ciclo formativo de Grado Medio en Cuidados Auxiliares de Enfermería.

Dentro del módulo, la unidad se inserta en el bloque de contenidos dedicado a la prevención de riesgos asociados al desempeño profesional, especialmente aquellos relacionados con la movilización de pacientes y la higiene postural. El trabajo sobre ergonomía y autocuidado profesional se articula después de que el alumnado haya abordado contenidos previos como:

- Normas básicas de higiene, limpieza y confort.
- Organización de espacios clínicos y materiales.
- Aseo y cuidado del paciente

Posteriormente, esta unidad servirá de base para el desarrollo de técnicas más complejas que implican mayor intervención directa con el paciente (como movilizaciones de pacientes, exploración de constantes, la administración de fármacos, posicionamientos en pruebas diagnósticas o asistencia en urgencias), por lo que actúa como elemento de transición entre lo básico y lo especializado.

El enfoque de esta unidad refuerza la interiorización de rutinas seguras de trabajo y promueve en el alumnado una visión preventiva del desempeño sanitario, lo que se considera esencial en su formación técnica y ética.

Contextualización legislativa

La presente unidad didáctica se enmarca en el currículo establecido por el Real Decreto 546/1995, de 7 de abril, por el que se establece el título de Técnico en Cuidados

Auxiliares de Enfermería y sus enseñanzas mínimas. Además del currículo oficial para el ciclo formativo de grado medio de Técnico en Cuidados Auxiliares de Enfermería (TCAE) establecido por el Ministerio de Educación y Ciencia mediante el Real Decreto 558/1995, de 7 de abril. Ambos textos normativos orientan la organización de los módulos profesionales en torno a resultados de aprendizaje y criterios de evaluación, dentro de un enfoque competencial, integral y vinculado al entorno profesional.

Contextualización del grupo

Esta unidad está diseñada para el grupo de 1.º de Técnico en Cuidados Auxiliares de Enfermería del CIFP Los Gladiolos, compuesto por 20 estudiantes de entre 17 y 29 años, con perfiles académicos diversos: procedentes tanto de la ESO como de Bachillerato o Programas de Formación y Empleo.

El grupo ha trabajado ya contenidos esenciales del módulo, como las normas básicas de higiene, la limpieza del entorno clínico, el uso del material sanitario y el trato profesional al paciente. Estas experiencias previas han sentado una base sólida para introducir contenidos más técnicos relacionados con la ergonomía, la prevención de lesiones musculoesqueléticas y la movilización segura.

Elementos Curriculares

Los elementos curriculares que se presentan a continuación se concretan específicamente para el desarrollo de la unidad didáctica “Cuidarme para cuidar: movimiento y postura para una vida saludable”, integrada en el módulo de Técnicas Básicas de Enfermería. Esta unidad parte de la reorganización curricular propuesta en el apartado “Presentación De La Propuesta Pedagógica, Análisis Y Proyecto De Mejora A La Misma”, pero se adapta a las características particulares del grupo, los objetivos específicos de aprendizaje, y la secuencia de actividades que se han planteado.

Competencias

La unidad didáctica tendrá una gran importancia relacionándose con la competencia general del ciclo: *“Proporcionar cuidados auxiliares al paciente y actuar sobre las condiciones sanitarias de su entorno como miembro del equipo de enfermería en atención primaria o especializada, bajo la supervisión correspondiente, aplicando técnicas básicas en condiciones de calidad, seguridad y bienestar.”* Esta competencia se trabaja a través de todas las actividades de la unidad, especialmente mediante la aplicación de técnicas seguras de movilización, el análisis de riesgos posturales y la reflexión sobre el autocuidado del futuro profesional sanitario.

Tabla 10

Unidades de competencia basadas en las capacidades profesionales

Código	Descripción	Aplicación en la SA
C1	Preparar materiales y procesar la información según competencia	Necesidades de material para movilización de pacientes. A través también del diseño y defensa de guías y recomendaciones visuales
C3	Aplicar cuidados auxiliares de enfermería	A través de simulaciones prácticas en aula taller
C4	Cuidar condiciones sanitarias del entorno, del paciente y materiales	Mediante análisis de vídeos, errores posturales y casos reales
C5	Técnicas apoyo psicológico y educación sanitaria a pacientes	Aplicada durante el trabajo cooperativo, exposiciones y debates

Objetivos

Estos son los objetivos generales del ciclo formativo relacionados (RD 546/1995):

- “O1. Aplicar cuidados auxiliares de enfermería al paciente/cliente.”
- “O2. Cuidar las condiciones sanitarias del entorno del paciente y del material e instrumental sanitario.”
- “O3. Colaborar en la prestación de cuidados psíquicos, aplicando técnicas de apoyo psicológico y educación sanitaria.”
- “O4. Preparar los materiales y procesar la información de la consulta/unidad en las áreas de su competencia.”
- “O9. Colaborar en programas de promoción de la salud y prevención de enfermedades.”
- “O10. Actuar según normas de seguridad y prevención de riesgos.”

Además, se proponen objetivos didácticos propios de esta unidad didáctica elaborados por el docente:

- Comprender los fundamentos básicos de la ergonomía en el entorno clínico.
- Detectar posturas incorrectas y riesgos musculoesqueléticos frecuentes.
- Aplicar técnicas de movilización seguras en contextos simulados.
- Elaborar una guía visual individual sobre autocuidado postural.
- Evaluar el propio desempeño a través de la observación, la reflexión y la autoevaluación.

Capacidades profesionales relacionadas:

- CP1. Aplicar cuidados auxiliares de enfermería al paciente.
- CP2. Cuidar las condiciones higiénico-sanitarias del entorno y del material.
- CP3. Aplicar normas de higiene postural y mecánica corporal.

- CP4. Promover la salud y prevenir enfermedades mediante la educación sanitaria.
- CP5. Aplicar normas de seguridad y prevención de riesgos laborales.

Contenidos

Contenidos didácticos de la unidad (derivados de la normativa):

- Movilización y deambulación
- Principios de mecánica corporal y ergonomía
- Técnicas de movilización, traslado y deambulación del paciente.
- Utilización de ayudas técnicas.

Secuenciación de los contenidos:

1. Conceptualización de ergonomía y trastornos musculoesqueléticos.
2. Análisis postural (observación, vídeos y prácticas).
3. Técnicas prácticas de movilización básica.
4. Registro, reflexión y mejora postural.
5. Creación y presentación de una guía visual individual.

Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación

Como ya se ha mencionado anteriormente, en este caso, se sustituyen los resultados de aprendizaje por capacidades terminales seleccionadas de la normativa del módulo:

- CT2: Adaptar los protocolos de traslado, movilización y deambulación de un paciente/cliente en función del estado y necesidades del mismo.

Criterios de evaluación relacionados (módulo Técnicas Básicas de Enfermería):

- CE1. Aplica correctamente normas de higiene postural y mecánica corporal.
- CE2. Realiza técnicas de movilización y traslado del paciente de forma segura.
- CE3. Aplica normas de prevención de riesgos laborales.

- CE4. Muestra actitudes de trabajo colaborativas y responsables.

Instrumentos de Evaluación

Para evaluar el progreso del alumnado, se aplicarán los siguientes instrumentos, diseñados para garantizar una valoración objetiva y formativa:

Tabla 11

Instrumentos de evaluación

Actividad evaluada	Instrumento	Tipo de evaluación
Prácticas de movilización	Rúbrica técnica	Procedimental
Análisis de errores posturales	Lista de cotejo	Diagnóstica y formativa
Producto final (guía visual)	Rúbrica de producto	Final
Participación y actitud	Escala de observación	Continua
Autoevaluación	Cuaderno de reflexión	Metacognitiva

En el Anexo III de este trabajo se puede encontrar un “Ejemplo de instrumento de extracto de la rúbrica técnica para la simulación de movilización.” (ver Anexo III)

Criterios de calificación y mínimos exigidos

Tabla 12

Criterios de calificación

Elemento evaluado	Peso (%)
Prácticas técnicas	30%
Actividades individuales	25%
Producto final (guía visual)	20%
Participación y actitud	15%

Elemento evaluado	Peso (%)
-------------------	----------

Autoevaluación	10%
----------------	-----

Requisitos mínimos para calcular la media:

- Haber realizado al menos el 70% de las prácticas con nivel aceptable.
- Presentar la guía visual individual (aunque sea susceptible de mejora).
- Haber participado activamente en 6 de las 8 sesiones.

Obtener una nota igual o superior a 4 en el bloque de prácticas.

Metodologías

Enfoque pedagógico y orientaciones generales

La propuesta pedagógica diseñada para esta Situación de Aprendizaje parte de un enfoque metodológico activo, inclusivo y centrado en el estudiante, alineado con las orientaciones pedagógicas del módulo recogidas en el Real Decreto 546/1995, que recomiendan vincular los contenidos a la práctica profesional real, fomentar la observación, el análisis, el trabajo colaborativo y la responsabilidad individual.

El objetivo principal es promover un aprendizaje significativo, facilitando que el alumnado construya el conocimiento a través de la experimentación, la reflexión, la práctica guiada y la cooperación, conectando de manera directa los contenidos con su entorno profesional futuro.

Además, se incorporan los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) desde el inicio de la planificación, garantizando la participación y el progreso de todo el grupo en condiciones de equidad y accesibilidad.

Murillo et al. (2023) llegaron a la conclusión de que aplicar el DUA ayuda a que los alumnos aprendan mejor y participen más, creando un ambiente inclusivo donde se respeta la diversidad.

Modelo metodológico principal

El modelo metodológico elegido es el Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP). El alumnado debe responder al reto: “¿cómo prevenir el dolor musculoesquelético en su futuro entorno laboral?”, diseñando una guía visual de buenas prácticas posturales como producto final.

Este enfoque permite trabajar con tareas significativas, fomenta la autonomía, la planificación, el trabajo en equipo y la capacidad de transferir aprendizajes a contextos reales. A lo largo del proceso, se alternan momentos de exploración, trabajo guiado, producción individual y reflexión colectiva.

Estrategias metodológicas empleadas

Estrategias generales (tradicionales y mixtas):

- Clase magistral breve (introdutoria de conceptos clave como “ergonomía” y “higiene postural”).
- Mapa conceptual, para organizar visualmente factores de riesgo y medidas preventivas.
- Lluvia de ideas para activar conocimientos previos y reflexionar sobre malas prácticas.
- Análisis de casos reales, utilizando vídeos cortos o testimonios reales en entornos clínicos.

Metodologías activas:

- Aprendizaje cooperativo: Se organiza al alumnado en grupos heterogéneos con roles asignados (coordinador, secretario, portavoz, responsable de material) para fomentar la responsabilidad compartida, la empatía y las habilidades comunicativas.

- Aula invertida (flipped classroom): El alumnado visualiza previamente vídeos sobre higiene postural y técnicas seguras, lo que permite dedicar las sesiones presenciales a la práctica, la discusión y la resolución de dudas.
- Role playing: En varias sesiones, los alumnos adoptan los roles de auxiliar y paciente. Esta simulación permite aplicar la técnica de movilización en condiciones seguras, vivenciar las sensaciones del paciente, y desarrollar empatía profesional.
- Aprendizaje experiencial: Las simulaciones prácticas permiten al alumnado experimentar directamente con técnicas de movilización, usando material real del aula taller.
- Gamificación: Para reforzar contenidos, se utilizan herramientas como Kahoot o Wordwall en formato quiz y competiciones cooperativas por equipos.
- Aprendizaje reflexivo: Al final de cada sesión, se realiza una autoevaluación escrita o verbal. Esta rutina ayuda al alumnado a identificar sus avances, dificultades y propuestas de mejora, desarrollando pensamiento crítico y metacognición.

Actividades con TIC

La planificación integra diversas herramientas digitales educativas, con el fin de mejorar la accesibilidad, la participación y la creatividad:

Tabla 13

Actividades TIC

Herramienta TIC

Aplicación en la SA

Canva / Genially

Creación de la guía visual como producto final

Herramienta TIC**Aplicación en la SA**

Kahoot / Wordwall	Revisión lúdica de contenidos teóricos y conceptos clave
Edpuzzle	Visualización guiada y gamificada de vídeos sobre malas posturas
Google Forms	Autoevaluaciones finales con retroalimentación automática
Padlet	Lluvias de ideas colaborativas o repositorio de ejemplos gráficos

Agrupamientos del alumnado

Se alternan diferentes formas de agrupamiento, dependiendo del tipo de tarea:

- Individual: reflexión personal, autoevaluación, diseño de la guía visual.
- Parejas: simulaciones técnicas (auxiliar-paciente).
- Grupos cooperativos (4-5 personas): lluvia de ideas, análisis de vídeos, construcción de productos conjuntos.

El agrupamiento es flexible y rotativo, asegurando que el alumnado trabaje en distintos roles y contextos. Se ajusta según necesidades específicas del grupo, garantizando una participación activa y equitativa.

Temporalización y ritmo

La unidad didáctica se desarrolla en 8 sesiones de una hora, distribuidas en 4 semanas.

La secuencia está organizada de forma progresiva:

- 2 sesiones iniciales de activación de conocimientos y análisis de riesgos.
- 3 sesiones centrales de práctica, simulación y reflexión.
- 2 sesiones para el diseño y preparación del producto final.
- 1 sesión de presentación, coevaluación y cierre.

Se contempla flexibilidad para adaptarse a interrupciones del calendario o necesidades del grupo, manteniendo en todo momento una evaluación continua y personalizada.

Atención a la diversidad

Esta situación de aprendizaje responde a una diversidad real y observable en el grupo de 1.º curso del ciclo de Cuidados Auxiliares de Enfermería del CIFP Los Gladiolos: alumnado con diferentes trayectorias, niveles de competencia curricular, NEAE, y necesidades transitorias.

Desde el diseño se aplican los principios del DUA, integrados en toda la planificación:

- Múltiples formas de representación: vídeos, esquemas, modelos, lenguaje claro.
- Múltiples formas de acción y expresión: intervenciones orales, prácticas, infografías, guías escritas, dramatizaciones.
- Múltiples formas de implicación: actividades conectadas con su realidad profesional, participación activa, toma de decisiones.

Medidas específicas previstas (para alumnado con NEAE o dificultades):

- Plantillas visuales, esquemas adaptados y pictogramas.
- Ampliación de tiempo en tareas escritas.
- Posibilidad de presentar oralmente tareas escritas.
- Apoyo personalizado durante simulaciones técnicas.
- Ubicación preferente en el aula o agrupamientos de refuerzo.

Clima de aula y participación

Se fomenta un clima de respeto, cooperación y responsabilidad compartida. Las normas se acuerdan con el grupo y se revisan periódicamente. Se promueve el trabajo entre iguales, la escucha activa y la resolución positiva de conflictos.

Temas Transversales

En el marco de la Formación Profesional, la inclusión de temas transversales contribuye al desarrollo integral del alumnado, fomentando actitudes responsables, éticas y comprometidas con la sociedad. Esta unidad didáctica aborda de forma específica valores vinculados a la equidad, la diversidad y la sostenibilidad, reforzando el enfoque humanista y preventivo del cuidado.

Desarrollo De Valores En La Unidad Didáctica

Entre los valores trabajados de forma transversal en esta SA destacan:

- Equidad y justicia social: promoviendo un entorno de aula donde todas las voces cuenten, se respeten los ritmos individuales y se valore la aportación personal de cada alumno/a.
- Diversidad: entendida no solo como diferencia cultural o funcional, sino también como variedad de trayectorias vitales, experiencias, estilos de aprendizaje y situaciones personales.
- Autocuidado ético: no solo como técnica, sino como compromiso con la propia salud y con la calidad del cuidado a los demás.
- Sostenibilidad laboral y física: como actitud preventiva ante riesgos ergonómicos, integrando la idea de “cuidarse para poder cuidar”.

Propuesta de actividad transversal: “Tu aula, tu equipo”

Objetivo: sensibilizar al alumnado sobre la equidad, la corresponsabilidad y la gestión saludable del trabajo en equipo, aplicándolo a su realidad en el aula y en el entorno clínico.

Descripción: en grupos cooperativos, el alumnado analizará las dinámicas de trabajo vividas durante las sesiones prácticas: distribución de tareas, apoyos mutuos, toma de decisiones, liderazgo compartido, etc. Posteriormente, cada grupo elaborará un breve código

ético del “auxiliar ideal”, integrando principios de equidad, respeto a la diversidad y sostenibilidad física y emocional.

Productos posibles:

- Cartel grupal con compromisos compartidos.
- Mural con frases inspiradoras recogidas del grupo.
- Microvídeo de 1 minuto representando un “mal ejemplo” y su solución.

Evaluación: se utilizará una rúbrica de participación grupal, y se fomentará la autoevaluación mediante una ficha individual de reflexión.

ODS relacionado: esta actividad se vincula directamente con el ODS 3: Salud y bienestar, que establece como meta “garantizar una vida sana y promover el bienestar en todas las edades”. En este caso, se concreta en el ámbito profesional y formativo, promoviendo hábitos saludables, relaciones equitativas y entornos de trabajo respetuosos y sostenibles.

También se conecta con el ODS 5: Igualdad de género, al trabajar la corresponsabilidad en los cuidados y eliminar estereotipos asociados al rol sanitario, y con el ODS 8: Trabajo decente y crecimiento económico, en la medida en que promueve condiciones laborales seguras y saludables desde la etapa formativa.

Materiales Y Recursos Didácticos

La planificación de esta Situación de Aprendizaje contempla el uso de materiales y recursos variados, tanto analógicos como digitales, con el fin de facilitar un entorno accesible, dinámico y coherente con la metodología activa propuesta. Estos recursos no solo apoyan la comprensión y la práctica de los contenidos, sino que también contribuyen a la motivación, la personalización del aprendizaje y la inclusión del alumnado con necesidades específicas.

Recursos Materiales Físicos

Estos recursos se utilizarán principalmente en el aula taller durante las sesiones prácticas:

- Camillas, sillas de ruedas, arneses y cinturones de sujeción: para la práctica de técnicas reales de movilización.
- Maniqués anatómicos: permiten la simulación sin riesgo, facilitando el aprendizaje por repetición.
- Almohadas, sábanas, guantes y otros materiales textiles: utilizados para entrenar posturas de confort y cambios posturales.
- Espejos móviles: empleados para el análisis postural del propio alumnado, facilitando la autoobservación y la corrección consciente.

Recursos TIC Y Digitales

Estos recursos se utilizarán principalmente en el aula ATECA o desde casa, según el planteamiento de aula invertida:

- Canva / Genially: para la elaboración de la guía visual sobre higiene postural, producto final del proyecto.
- Kahoot / Wordwall: herramientas de gamificación para reforzar contenidos teóricos mediante dinámicas lúdicas.
- Edpuzzle: visionado interactivo de vídeos con preguntas insertadas, para comprobar comprensión.
- Padlet: muro colaborativo donde el alumnado podrá subir ideas, frases inspiradoras y propuestas.
- Google Forms: cuestionarios de autoevaluación y encuestas de satisfacción.

Recursos Gráficos E Impresos

- Fichas de seguimiento de prácticas.
- Rúbricas impresas (evaluación del producto, del proceso y de actitud).
- Guías visuales y esquemas adaptados con pictogramas (para NEAE).
- Plantillas para reflexión individual y planificación del trabajo en grupo.
- Material fungible: cartulinas, rotuladores, tijeras, adhesivos.

Recursos Humanos Y Organizativos

- El docente como guía y facilitador del aprendizaje, responsable de la organización de espacios y recursos.
- Compañeros/as del grupo como parte activa del aprendizaje cooperativo, rotando roles en las dinámicas de equipo.
- Equipo educativo del centro (especialmente el Departamento de Orientación) en caso de que se detecten necesidades específicas que requieran apoyo adicional.

Gestión Y Accesibilidad De Los Recursos

La organización de los materiales será anticipada por el docente en coordinación con el resto del profesorado del módulo y del centro. Se establecerán rutinas de distribución, recogida y cuidado del material, asignando a los grupos cooperativos responsabilidades concretas. En todos los casos se priorizará el uso inclusivo y adaptado de los recursos, asegurando que todo el alumnado pueda acceder a ellos de forma eficaz.

Temporalización

La presente Situación de Aprendizaje está diseñada para desarrollarse a lo largo de ocho sesiones de una hora lectiva cada una. Las sesiones se distribuyen a lo largo de cuatro semanas, con dos sesiones semanales. Esta temporalización permite una progresión adecuada desde la comprensión teórica hasta la aplicación práctica y la evaluación del aprendizaje.

El cronograma se organiza teniendo en cuenta los tiempos de explicación, experimentación, reflexión y elaboración del producto final. Además, se ha dejado margen para atender posibles imprevistos o necesidades de ampliación en función del ritmo del grupo.

Tabla 14

Cronograma sesiones

Sesión y fecha	Título y tipo	Objetivos	Ubicación
Sesión 1 14/10/25	¿Qué es la ergonomía y por qué es importante? – (Motivación, Innovación metodológica)	Introducir el concepto de ergonomía y su relación con la salud profesional	Aula-taller de Técnicas Básicas de Enfermería
Sesión 2 16/10/25	Detectives posturales: análisis de malas posturas – (Desarrollo, TIC, pensamiento crítico)	Identificar posturas incorrectas y sus consecuencias	Aula ATECA
Sesión 3 21/10/25	Movimiento Seguro: técnicas de movilización – (Desarrollo (práctico))	Aprender y practicar técnicas básicas de movilización segura	Aula-taller de Técnicas Básicas de Enfermería

Sesión 4 23/10/25	Cuerpo consciente: dinámicas de corrección postural – (Consolidación, autoconciencia corporal)	Experimentar con la higiene postural en situaciones prácticas.	Aula-taller de Técnicas Básicas de Enfermería y Espacio exterior
Sesión 5 28/10/25	Crea tu guía visual – (Desarrollo, Innovación, Producto final)	Diseñar una guía visual con buenas prácticas ergonómicas.	Aula ATECA
Sesión 6 30/10/25	Activa tu cuerpo: Programa de ejercicio terapéutico (Consolidación, prevención)	Aplicar rutinas de ejercicio adaptado para fortalecer la musculatura postural y prevenir DME.	Aula-taller de Técnicas Básicas de Enfermería y si las instalaciones y climatología lo permiten cancha exterior
Sesión 7 04/11/25	Del aula al hospital: simulación de caso clínico – (Ampliación (integración global))	Aplicar lo aprendido en una simulación contextualizada de traslado y movilización de un paciente, integrando técnica,	Aula-taller de Técnicas Básicas de Enfermería

comunicación y ergonomía			
Sesión 8	Comparte,	Presentación de	
06/11/25	reflexiona y evalúa –	trabajos, reflexión	Aula-taller de
	(Consolidación,	grupal, debate y	Técnicas Básicas de
	Evaluación	autoevaluación.	Enfermería
	formativa)		

Observaciones

- Las sesiones 3, 4 y 7 son prácticas, por lo que se trabajará en espacios que permitan la simulación de tareas profesionales reales.
- La sesión 5 se estructura como una jornada creativa en la que cada grupo dará forma visual a su aprendizaje, favoreciendo la expresión personal y la síntesis de contenidos.
- En la última sesión se recogerán las autoevaluaciones y se realizará una evaluación formativa global del proceso.

Diseño De Las Actividades

A continuación, se detallan las actividades previstas en esta Situación de Aprendizaje. Cada una ha sido diseñada con un propósito claro, conectando con los objetivos, competencias y contenidos del módulo Técnicas Básicas de Enfermería. Se han integrado recursos digitales, dinámicas cooperativas, actividades prácticas y procesos de reflexión, de manera que el aprendizaje sea activo, funcional y significativo.

Actividad 1

Nombre de la actividad: ¿Qué es la ergonomía y por qué es importante?

Objetivo: Concepto de ergonomía y su aplicación en el entorno sanitario. Perspectiva de prevención.

Agrupamiento del alumnado: Parejas

Recursos materiales y espaciales: Aula ordinaria, proyector, vídeo introductorio, fichas de observación

Metodología: Aula invertida + aprendizaje experiencial

Descripción: Tras visualizar un vídeo breve en casa sobre ergonomía en el entorno sanitario, los alumnos trabajarán por parejas para identificar posturas incorrectas en una serie de fotografías reales y responder a preguntas de análisis. Después, compartirán sus observaciones en grupo clase.

Criterios de evaluación: CE3, CE4

Elementos curriculares:

- Contenidos: Fundamentos de ergonomía; principios de higiene postural.
- Objetivos del ciclo: O3, O9
- Capacidades: CP3, CP4.
- Instrumento de evaluación: Lista de cotejo de análisis postural + preguntas orales dirigidas.
- Tratamiento del alumnado con NEAE: Fichas con apoyo visual y ejemplos guiados. Posibilidad de entregar respuestas de forma oral en lugar de escrita.

Material visual accesible y estructurado.

- Duración: 60 minutos.
- Espacio: Aula ordinaria o aula de teoría con proyector.

Actividad 2

Nombre de la actividad: Detectives posturales

Objetivo: Analizar posturas incorrectas en contextos reales.

Agrupamiento del alumnado: Grupos de 4

Recursos materiales y espaciales: Aula ATECA, presentación de casos en vídeo, plantilla de análisis.

Metodología: Aprendizaje cooperativo + pensamiento crítico

Descripción: En equipos, el alumnado visualizará clips breves simulando situaciones de trabajo asistencial. Utilizarán una plantilla para identificar riesgos posturales y proponer alternativas seguras. Se fomentará la argumentación oral dentro del grupo.

Criterios de evaluación: CE1, CE3, CE4

Elementos curriculares:

- Contenidos trabajados: Análisis de vídeos reales con posturas erróneas.
Identificación de riesgos posturales y causas. Propuesta de alternativas seguras.
- Objetivos del ciclo relacionados: O2, O9, O10
- Capacidades: CP1, CP3, CP5
- Instrumento de evaluación: Plantilla de análisis grupal + rúbrica de observación del grupo.
- Tratamiento del alumnado con NEAE: Apoyo con ejemplos visuales previos.
Reparto equitativo de roles adaptado a las capacidades del alumnado. Posibilidad de reforzar el análisis con plantillas guiadas.
- Duración: 60 minutos.
- Espacio: Aula ATECA.

Actividad 3

Nombre de la actividad: Movimiento seguro: técnicas de movilización.

Objetivo: Aprender técnicas de movilización seguras para paciente y profesional

Agrupamiento del alumnado: Parejas (rotativas)

Recursos materiales y espaciales: Aula-taller, camillas, maniquíes, cinturón de marcha.

Metodología: Aprendizaje por simulación.

Descripción: Se realizan prácticas de movilización con y sin ayuda técnica. Se introducen normas básicas de higiene postural, uso de piernas, alineación corporal y comunicación verbal con el paciente. El docente guía, observa y corrige en tiempo real.

Criterios de evaluación: CE1, CE2, CE3

Elementos curriculares:

- Contenidos trabajados: Ejecución práctica de movilización básica (giro, sedestación, traslado). Uso de materiales técnicos (arnés, cinturón, camilla).
Normas de higiene y seguridad postural.
- Objetivos del ciclo relacionados: O1, O10.
- Capacidades: CP1, CP2, CP3, CP5
- Instrumento de evaluación: Rúbrica de observación técnica + observación directa del docente.
- Tratamiento del alumnado con NEAE: Participación en rol adaptado (observador, ayudante). Refuerzo guiado por parte del docente. Repetición individual con apoyo si es necesario.
- Duración: 60 minutos.
- Espacio: Aula-taller de Técnicas Básicas de Enfermería.

Actividad 4

Nombre de la actividad: Cuerpo consciente: dinámicas de corrección postural

Objetivo: Reflexionar sobre la postura habitual y mejorarla con dinámicas físicas

Agrupamiento del alumnado: Individual + grupo completo.

Recursos materiales y espaciales: Aula-taller, zona exterior, espejos móviles, esterillas, hoja de reflexión.

Metodología: Aprendizaje experiencial + conciencia corporal

Descripción: Los alumnos realizarán ejercicios de autoobservación postural frente al espejo. Se realizarán estiramientos y movimientos guiados para sentir la diferencia entre una postura alineada y una incorrecta.

Criterios de evaluación: CE1, CE4

Elementos curriculares:

- Contenidos trabajados: Observación de la postura personal. Contraste entre posturas correctas e incorrectas. Ejercicios de estiramiento y movilidad articular.
- Objetivos del ciclo relacionados: 03, 09
- Capacidades: CP3, CP4
- Instrumento de evaluación: Hoja de reflexión + lista de cotejo del ejercicio postural.
- Tratamiento del alumnado con NEAE: Adaptación de los ejercicios físicos según las capacidades. Espacio tranquilo y flexible. Refuerzo individual en la ejecución.
- Duración: 60 minutos.
- Espacio: Aula-taller y espacio exterior.

Actividad 5

Nombre de la actividad: ¡Crea tu guía visual!

Objetivo: Sintetizar los aprendizajes mediante la elaboración de un recurso práctico

Agrupamiento del alumnado: Grupos de 4

Recursos materiales y espaciales: Aula ATECA, ordenadores, Canva/Genially, cartulinas, material gráfico

Metodología: Aprendizaje basado en proyectos + competencia digital

Descripción: Cada grupo elabora una guía visual de buenas prácticas ergonómicas para técnicos/as sanitarios. El producto será digital o impreso, y se expondrá en la última sesión.

Criterios de evaluación: CE4

Elementos curriculares:

- Contenidos trabajados: Selección de buenas prácticas ergonómicas. Diseño gráfico aplicado a la educación sanitaria. Comunicación visual.
- Objetivos del ciclo relacionados: O3, O9
- Capacidades: CP4
- Instrumento de evaluación: Rúbrica de producto final (digital o físico).
- Tratamiento del alumnado con NEAE: Plantillas de apoyo visual. Flexibilidad en el formato de entrega (impreso o digital). Supervisión directa durante la elaboración.
- Duración: 60 minutos.
- Espacio: Aula ATECA o aula con ordenadores.

Actividad 6

Nombre de la actividad: Activa tu cuerpo: Programa de ejercicio terapéutico

Justificación: La incorporación de una sesión centrada en la actividad física adaptada responde a la necesidad de dotar al alumnado de herramientas concretas para la prevención de patologías musculoesqueléticas, frecuentes en el ámbito sanitario. A través de ejercicios dirigidos, el alumnado toma conciencia del cuerpo como herramienta de trabajo y aprende a integrarlo de forma segura en su práctica diaria.

Objetivo: Aplicar rutinas de ejercicio adaptado para fortalecer la musculatura postural y prevenir DME.

Agrupamiento del alumnado: Individual, parejas y grupo completo.

Recursos materiales y espaciales: Aula-taller, material para ejercicio físico (Elásticos, pelotas), cancha exterior.

Metodología: Circuitos guiados + reflexión.

Descripción: La sesión se centrará en la realización de una rutina básica de ejercicio físico orientada a prevenir lesiones derivadas del trabajo sanitario. El alumnado practicará ejercicios sencillos de movilidad, estiramiento y fortalecimiento postural en un circuito guiado. Estas actividades permitirán integrar hábitos saludables que favorezcan el autocuidado corporal. La sesión concluirá con una reflexión individual sobre la experiencia vivida y su aplicación en el ámbito profesional.

Criterios de evaluación: CE1, CE3, CE4.

Elementos curriculares trabajados:

- Contenidos: Ejercicio físico preventivo; estiramientos y movilidad.
- Objetivos del ciclo: O3, O9, O10
- Capacidades: CP3, CP4, CP5.

Instrumento de evaluación: Observación directa mediante lista de cotejo + reflexión escrita individual sobre sensaciones físicas.

Tratamiento del alumnado con NEAE: Se adaptarán los ejercicios según capacidades físicas individuales. Se tendrá flexibilidad en la intensidad, número de repeticiones y pausas durante el circuito.

Duración: 60 minutos.

Espacio: Aula-taller, con posibilidad de adecuación ambiental (luz, sonido, disposición).

Actividad 7

Nombre de la actividad: Del aula al hospital: simulación de caso clínico

Justificación: Consolidar el aprendizaje técnico en una simulación realista mejora la

transferencia de conocimientos a la práctica profesional.

Objetivo: Aplicar técnicas de movilización y comunicación en un caso clínico integral.

Agrupamiento del alumnado: Grupos de 3 (paciente, auxiliar y observador).

Recursos materiales y espaciales: Aula-taller, camillas, sábanas, maniqués, uniforme, plantilla de observación.

Metodología: Aprendizaje por simulación + trabajo por roles

Descripción: Cada grupo ejecutará una simulación completa: preparación del espacio, interacción con el paciente, movilización lateral o sedestación, y cierre de la técnica.

Un observador evaluará con una rúbrica la ejecución. Al finalizar, cada grupo realiza una breve devolución al grupo clase.

Criterios de evaluación: CE1, CE2, CE3, CE4.

Elementos curriculares trabajados:

- Contenidos: Técnica de movilización integral, prevención de riesgos.
- Objetivos del ciclo relacionados: O1, O2, O10.
- Capacidades: CP1, CP2, CP3, CP5.

Instrumento de evaluación: Rúbrica técnica + observación entre iguales.

Tratamiento del alumnado con NEAE: Posibilidad de elegir rol (paciente, auxiliar o evaluador), apoyo visual de la técnica, tiempo extra para preparación.

Duración: 60 minutos.

Espacio: Aula-taller.

Actividad 8

Nombre de la actividad: Presenta, evalúa, mejora.

Objetivo: Compartir los aprendizajes y reflexionar sobre el proceso.

Agrupamiento del alumnado: Grupo completo.

Recursos materiales y espaciales: Aula-taller, guías visuales, hojas de autoevaluación

Metodología: Evaluación formativa + metacognición

Descripción: Los grupos exponen sus guías visuales. El resto del alumnado realiza una valoración mediante rúbricas sencillas. Se abre un espacio de reflexión y puesta en común sobre lo aprendido.

Criterios de evaluación: CE4

Elementos curriculares

- Contenidos trabajados: Comunicación oral. Evaluación formativa y coevaluación.

Reflexión sobre el aprendizaje.

- Objetivos del ciclo relacionados: O3, O4, O9.
- Capacidades: CP4
- Instrumento de evaluación: Rúbricas de exposición y autoevaluación + evaluación entre iguales.
- Tratamiento del alumnado con NEAE: Posibilidad de usar apoyo visual en la exposición. Tiempo extra para preparar la intervención. Refuerzo positivo y feedback individualizado.
- Duración: 60 minutos.
- Espacio: Aula-taller.

Evaluación Formativa

La evaluación de esta Situación de Aprendizaje se concibe como un proceso continuo, sistemático y orientado al aprendizaje. Más allá de la mera calificación, se centra en ofrecer al alumnado información útil para mejorar, reflexionar sobre su progreso y tomar decisiones de forma autónoma. De este modo, la evaluación se convierte en una herramienta educativa y no solo en un instrumento de control.

Principios De La Evaluación

La evaluación formativa diseñada para esta unidad se rige por los siguientes principios:

- Carácter continuo y procesual, acompañando cada momento del aprendizaje.
- Enfoque cualitativo, centrado en la observación, el análisis y la mejora.
- Participación activa del alumnado, a través de la autoevaluación y la coevaluación.
- Diversificación de instrumentos, adaptados a las distintas tareas y estilos de aprendizaje.
- Criterios coherentes con los resultados de aprendizaje del módulo, establecidos desde el inicio.

Instrumentos De Evaluación

A lo largo del desarrollo de las actividades se emplearán los siguientes instrumentos:

- Rúbricas de observación para actividades prácticas (movilización, posturas, trabajo en grupo).
- Plantillas de análisis y reflexión (ej. análisis de vídeos, reflexión tras simulación).
- Listas de cotejo para identificar logros y aspectos mejorables.
- Diarios de aprendizaje individuales, en los que el alumnado recoge de forma breve lo que ha aprendido, dudas que le han surgido o cómo se ha sentido.
- Autoevaluaciones guiadas, al finalizar la unidad, con preguntas concretas sobre competencias, contenidos y habilidades trabajadas.
- Coevaluación de productos finales, especialmente en la actividad de la guía visual, donde el alumnado valora el trabajo de sus compañeros/as con criterios previamente consensuados.

Evaluación De Competencias

La evaluación se centra en valorar el desarrollo de las competencias específicas del módulo, sin perder de vista las competencias clave (comunicación, digital, trabajo en equipo, autonomía, etc.). Para ello, cada actividad incluye criterios de evaluación explícitos, conectados con los descriptores operativos.

Se valora no solo el producto final, sino también el proceso: el esfuerzo, la mejora progresiva, la implicación en el grupo y la capacidad de aplicar lo aprendido en contextos prácticos.

Retroalimentación

El docente ofrece retroalimentación oral inmediata durante las actividades prácticas, así como comentarios escritos breves en las fichas de trabajo. Esta retroalimentación no se limita a indicar errores, sino que señala avances, sugiere mejoras concretas y reconoce el esfuerzo.

Asimismo, se promueve la retroalimentación entre iguales en un clima de respeto y colaboración, siguiendo protocolos breves de comunicación asertiva y constructiva.

Conclusiones

La presente Situación de Aprendizaje ha sido diseñada con la intención de ofrecer al alumnado de primer curso del ciclo formativo de Cuidados Auxiliares de Enfermería una experiencia formativa significativa, práctica y coherente con su futura realidad profesional. A través del trabajo con el cuerpo, la postura y el movimiento, se ha promovido la toma de conciencia sobre la importancia de la ergonomía como herramienta de prevención y autocuidado en el ámbito sociosanitario.

Desde un enfoque metodológico activo, cooperativo e inclusivo, los estudiantes han podido construir aprendizajes sólidos mediante la experimentación, la reflexión, la

observación crítica y la creación de un producto final útil y aplicable. El uso de recursos digitales, materiales específicos y entornos variados ha permitido adaptar la propuesta a distintos estilos de aprendizaje, manteniendo la motivación y el interés durante todo el proceso.

Además, la SA ha potenciado el desarrollo de competencias clave como la autonomía, la comunicación efectiva, la responsabilidad compartida y la conciencia social, en sintonía con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS 3 y 4). La integración de la evaluación formativa ha favorecido una mejora constante, individual y colectiva, reforzando la idea de que aprender también es aprender a evaluar(se).

En definitiva, esta propuesta no solo ha contribuido a la adquisición de contenidos técnicos del módulo, sino que ha fortalecido valores y actitudes fundamentales para el desempeño ético y saludable de la profesión sanitaria. Se abre así una vía para seguir incorporando situaciones de aprendizaje conectadas con el mundo real, orientadas a formar profesionales capaces, responsables y comprometidos con su entorno.

Propuesta De Innovación Educativa: Integración De Tecnologías Emergentes Para La Prevención Del Dolor Musculoesquelético En FP Sanitaria

Justificación

El entorno profesional sanitario exige a los futuros técnicos de cuidados auxiliares una combinación de competencia técnica, autonomía personal y conciencia corporal. La realidad de los centros de Formación Profesional muestra, sin embargo, un déficit en la formación en prevención de lesiones musculoesqueléticas, lo que repercute negativamente en la salud del alumnado y en su preparación para el entorno laboral.

A partir de la experiencia recogida durante las prácticas docentes en el CIFP Los Gladiolos, se ha detectado una oportunidad de mejora mediante la incorporación de

metodologías activas, tecnologías inmersivas y dinámicas de concienciación postural. La propuesta parte del módulo de Técnicas Básicas de Enfermería, integrando herramientas innovadoras en el tratamiento de contenidos vinculados al autocuidado físico, la ergonomía y la movilización segura de pacientes.

Esta innovación se alinea con los objetivos del Aula ATECA del centro, la Agenda 2030 (ODS 3, 4 y 8), y con las recomendaciones del nuevo marco de la Formación Profesional, centrado en la digitalización, la salud laboral y el aprendizaje basado en la experiencia.

Objetivos del proyecto

- Promover en el alumnado la adquisición de hábitos posturales saludables desde una perspectiva práctica y reflexiva.
- Incorporar herramientas tecnológicas (realidad virtual, biofeedback, aplicaciones móviles) en el proceso de enseñanza-aprendizaje del módulo.
- Favorecer el desarrollo de la conciencia corporal como competencia transversal clave en el ámbito sanitario.
- Reforzar la motivación del alumnado mediante metodologías activas e inclusivas.
- Evaluar el impacto de la innovación en el aprendizaje, la salud y el bienestar del alumnado.

Características de la innovación

Dimensión	Propuesta
------------------	------------------

Metodológica	Incorporación de aprendizaje basado en proyectos, gamificación, trabajo cooperativo y simulaciones prácticas.
---------------------	---

Dimensión Propuesta

Tecnológica	Uso de Realidad Virtual (simuladores posturales), aplicaciones de análisis de movimiento y dispositivos de biofeedback.
Inclusiva	Aplicación de principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) desde la planificación.
Evaluativa	Evaluación formativa continua, rúbricas, autoevaluación y feedback entre iguales.
Competencial	Desarrollo de competencias clave (CPAA, CD, CCL) y profesionales del módulo a través de tareas contextualizadas.

Plan de implementación

El proyecto se aplicaría de forma progresiva durante el segundo trimestre del módulo Técnicas Básicas de Enfermería, en grupos de primero, con una duración estimada de 8 sesiones de 55 minutos.

Etapas:

1. Diagnóstico inicial: encuesta sobre hábitos posturales del alumnado (ya elaborada como Anexo).
2. Sesiones de aprendizaje activo: explicación, simulación, trabajo en grupo y uso de tecnología.
3. Actividad final: elaboración de una guía visual de autocuidado postural por parte del alumnado.
4. Evaluación y reflexión conjunta.

Recursos necesarios:

- Gafas de RV del Aula ATECA

- Apps tipo PostureScreen o ErgoVR
- Rúbricas de observación, diarios de aprendizaje, dispositivos de biofeedback

Evaluación del proyecto

La evaluación de la innovación incluiría tanto indicadores cualitativos como cuantitativos:

- Nivel de participación y motivación del alumnado.
- Cambios en la percepción del propio cuerpo y hábitos posturales.
- Valoración del profesorado participante.
- Comparación entre los resultados previos y posteriores a la intervención.

Además, se recogerán evidencias a través de diarios de aprendizaje, rúbricas de desempeño y encuestas de valoración final del alumnado.

Viabilidad y continuidad

El proyecto es viable en el contexto del CIFP Los Gladiolos gracias a los recursos tecnológicos disponibles en el Aula ATECA, la disposición del equipo docente del ciclo y la facilidad para integrarlo dentro de los contenidos del módulo. Su implementación no requiere inversión adicional significativa y puede repetirse anualmente, mejorando progresivamente en función de los resultados obtenidos.

Posibilidades De Proyectos De Investigación Educativa

El desarrollo de este Trabajo Fin de Máster ha puesto de manifiesto una doble necesidad en el contexto de la Formación Profesional Sanitaria: por un lado, la urgencia de implementar estrategias preventivas eficaces que reduzcan la incidencia de trastornos musculoesqueléticos en el alumnado y, por otro, la necesidad de explorar y consolidar prácticas pedagógicas más activas, inclusivas y conectadas con las realidades tecnológicas del presente.

En este sentido, se identifican múltiples líneas potenciales de investigación educativa, que podrían abordarse desde enfoques cualitativos, cuantitativos o mixtos. A continuación, se desarrollan dos propuestas de investigación estructuradas, y posteriormente se detallan otras líneas complementarias derivadas del trabajo realizado.

Propuesta 1: Evaluación Del Impacto De Las Metodologías Activas En La Conciencia Postural Del Alumnado De FP Sanitaria

Identificación Del Problema De Investigación:

La escasa concienciación corporal del alumnado de Formación Profesional en el ámbito sanitario, a pesar de que los currículos incluyen contenidos relacionados con la ergonomía, plantea una disociación entre el saber y el hacer. En muchos casos, la enseñanza tradicional de la higiene postural no se traduce en hábitos sostenibles ni en transferencias a contextos reales, lo que aumenta el riesgo de dolencias y lesiones una vez insertados en el mundo laboral.

Preguntas De Investigación:

- ¿Hasta qué punto la aplicación sistemática de metodologías activas (ABP, simulación, aula invertida) mejora la conciencia corporal y postural del alumnado?
- ¿Qué tipos de dinámicas o recursos generan mayor implicación en el cuidado del cuerpo desde la experiencia de aula?

Esta investigación podría desarrollarse con un enfoque cuasi-experimental (pretest/posttest), incorporando además entrevistas a estudiantes y observaciones de sesiones prácticas.

Propuesta 2: Integración De Tecnologías Inmersivas Para El Entrenamiento Ergonómico En Aulas De FP Con Recursos ATECA

Identificación Del Problema De Investigación:

Pese a la existencia de Aulas ATECA en muchos centros de FP, que ofrecen acceso a tecnologías de realidad virtual, simulación y herramientas digitales, su uso en contextos reales de aula sigue siendo limitado, especialmente en módulos como *Técnicas Básicas de Enfermería*. La investigación educativa debe explorar el potencial real de estas herramientas y su impacto en la motivación, el aprendizaje y la retención a largo plazo de contenidos prácticos.

Preguntas De Investigación:

- ¿Qué efecto tiene el uso de tecnologías inmersivas (RV, apps de análisis postural, biofeedback) en el desarrollo de competencias ergonómicas en alumnado de FP Sanitaria?
- ¿Se incrementa la retención del aprendizaje y la conciencia corporal con la incorporación de estos recursos tecnológicos?

Se podría realizar un estudio de caso en el CIFP Los Gladiolos, comparando dos grupos: uno con metodología tradicional y otro con tecnologías emergentes aplicadas a tareas prácticas.

Líneas Complementarias De Investigación Educativa Derivadas Del TFM

Además de las propuestas anteriores, el trabajo realizado permite identificar otras posibles líneas de investigación que enriquecerían el conocimiento en el ámbito de la docencia en FP Sanitaria:

El DUA En Entornos De FP: De La Teoría A La Práctica

Investigar la aplicación real del Diseño Universal para el Aprendizaje en aulas de Formación Profesional: ¿se adapta realmente la enseñanza a la diversidad del alumnado? ¿Qué resistencias o facilitadores se encuentran los docentes?

Ejemplo de pregunta de investigación:

- ¿Cómo valoran alumnado y profesorado la aplicación del DUA en contextos de FP sanitaria?

Bienestar Emocional Y Competencias Socioemocionales En El Aula De FP

La prevención del dolor no es solo física. Formar profesionales sanos implica también entrenar su capacidad para gestionar emociones, estrés y relaciones interpersonales en el entorno asistencial. Se abre aquí una línea de investigación profunda sobre cómo la FP puede ser una herramienta de desarrollo emocional y humano.

Ejemplo de pregunta de investigación:

- ¿Qué efecto tienen las dinámicas de trabajo cooperativo y simulaciones clínicas en el desarrollo emocional del alumnado de FP?

Vocación Profesional Y Motivación En Ciclos Sanitarios: Factores Clave Para El Éxito Formativo

La vocación y la motivación son elementos clave en la permanencia y éxito del alumnado. Investigar qué elementos del currículo, la metodología o el acompañamiento docente potencian o dificultan esa motivación puede ayudar a reducir el abandono en ciclos formativos.

Ejemplo de pregunta de investigación:

- ¿Qué relación existe entre el estilo metodológico del profesorado y la motivación vocacional del alumnado en FP sanitaria?

Consideraciones Finales

La experiencia acumulada durante este TFM no solo ha permitido desarrollar una propuesta didáctica innovadora, sino también detectar áreas donde la investigación educativa puede actuar como motor de mejora.

Conclusiones, Limitaciones Y Prospectiva De Futuro

La elaboración de este Trabajo Fin de Máster ha permitido diseñar, justificar y desarrollar una propuesta didáctica contextualizada en el ámbito de la Formación Profesional Sanitaria. A través del análisis del centro educativo, el estudio curricular del módulo *Técnicas Básicas de Enfermería* y la construcción de una Situación de Aprendizaje orientada a la prevención del dolor musculoesquelético, se ha articulado un proyecto educativo coherente, fundamentado en principios pedagógicos actuales y alineado con las necesidades formativas del alumnado.

A continuación, se presentan las principales conclusiones derivadas del proceso:

Conclusiones

1. Se ha logrado contextualizar con precisión el entorno educativo del CIFP Los Gladiolos, identificando las características del centro, del ciclo formativo y del alumnado, lo que ha permitido adaptar la propuesta didáctica a las condiciones reales del aula.
2. La propuesta de Situación de Aprendizaje se ha ajustado a los elementos del currículo oficial, integrando competencias clave, objetivos del módulo, saberes básicos, criterios de evaluación y metodologías activas adecuadas al nivel del alumnado.
3. Las metodologías propuestas, como el aprendizaje basado en proyectos, el aprendizaje experiencial y la evaluación formativa, se han diseñado con rigor didáctico, promoviendo la participación activa, la inclusión y la reflexión crítica.

4. Se han incorporado estrategias específicas para atender a la diversidad, aplicando principios del Diseño Universal para el Aprendizaje y adaptaciones metodológicas que favorecen la participación de todo el grupo.
 5. Se ha logrado establecer una relación clara entre la propuesta didáctica y los Objetivos de Desarrollo Sostenible, especialmente en lo relativo a la promoción de la salud, el bienestar laboral y la educación de calidad.
 6. La ampliación del proyecto con tecnologías emergentes (Realidad Virtual, biofeedback postural y aplicaciones de análisis) ha permitido enriquecer la propuesta.
- En relación con los objetivos generales y específicos establecidos al inicio del trabajo,

se constata su grado de cumplimiento:

- El análisis del contexto ha permitido diseñar una propuesta coherente, centrada en la realidad del aula.
- La vinculación del proyecto con el currículo ha sido trabajada en profundidad, garantizando su adecuación normativa y pedagógica.
- La integración de metodologías activas e inclusivas ha cumplido con el objetivo de proponer una enseñanza significativa y transferible al entorno laboral sanitario.
- Por todo ello, se considera que el TFM ha alcanzado los objetivos propuestos.

Limitaciones

A pesar del diseño detallado de la propuesta, no ha sido posible su implementación práctica directa en el aula, lo que impide extraer resultados evaluativos sobre su eficacia real. Asimismo, la incorporación de tecnologías emergentes como la Realidad Virtual o el biofeedback postural dependerá de la disponibilidad de recursos específicos en el centro, así como de la formación del profesorado en su uso.

Otra limitación reside en la variabilidad de los perfiles del alumnado en diferentes cursos, lo cual podría exigir adaptaciones metodológicas adicionales en futuras ediciones de la propuesta.

Prospectiva De Futuro

De este trabajo se derivan diversas posibilidades de investigación educativa que podrían desarrollarse en próximos cursos:

- Evaluar el impacto de las metodologías activas en el aprendizaje de hábitos posturales en FP Sanitaria.
- Estudiar la efectividad de la Realidad Virtual y las herramientas de análisis postural en el desarrollo de competencias prácticas.
- Analizar la aplicación del DUA en contextos reales de FP y su impacto en la inclusión del alumnado con necesidades específicas.

Estas líneas permitirían avanzar hacia una enseñanza más inclusiva, eficaz y vinculada con la realidad profesional, reforzando el papel de la Formación Profesional como espacio de innovación educativa.

Reflexión Final

El desarrollo de este Trabajo Fin de Máster ha supuesto una oportunidad para consolidar conocimientos pedagógicos, reflexionar sobre la práctica docente y aplicar de forma integrada contenidos curriculares, metodológicos y profesionales. El proceso ha favorecido una visión más amplia y crítica de la enseñanza en Formación Profesional, entendida no solo como una transmisión de contenidos técnicos, sino como una experiencia formativa integral, orientada al desarrollo personal, profesional y ético del alumnado.

Bibliografía

- Arenas-Ortiz, L., & Cantú-Gómez, Ó. (2013). Factores de riesgo de trastornos músculo-esqueléticos crónicos laborales. *Medicina Interna De México*, 29(4), 370–379.
<https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=43308>
- Camargo Lemos, D. M., Orozco Vargas, L. C., Hernández Sánchez, J., & Niño Cruz, G. I. (2009). Dolor de espalda crónico y actividad física en estudiantes universitarios de áreas de la salud. *Revista De La Sociedad Española Del Dolor*, 16(8), 429–436.
https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1134-80462009000800003&lng=es&nrm=iso&tlng=es
- Casado, Á, López-Fernández, E., & Castellanos, A. (2014). El ejercicio físico disminuye el estrés laboral y oxidativo en profesionales de urgencias. *Revista Del Laboratorio Clínico*, 7(3), 96–103. 10.1016/j.labcli.2014.07.002
- Constitución Española, 1978. Boletín Oficial del Estado, 29 de diciembre de 1978.
- Decreto 156/1996, de 20 de junio. Boletín Oficial de Canarias, 10 de julio de 1996.
- Fuentes Rivera Mejía, M. R. (2022). Alteraciones posturales y su relación con el dolor musculoesquelético en personal de enfermería de un hospital de sicuani, cusco 2022. *Ágora Revista Científica*, 9(2), 21–26.
https://www.researchgate.net/publication/366504803_Alteraciones_posturales_y_su_relacion_con_el_dolor_musculoesqueletico_en_personal_de_enfermeria_de_un_Hospital_de_Sicuani_Cusco_2022
- González García, L. (2022). Eficacia de un protocolo de ejercicio y ergonomía en el trabajo en la mejora del dolor cervical de origen ocupacional
<https://digibuo.uniovi.es/dspace/handle/10651/64151>

Hernández Duarte, W. A., Avendaño Avendaño, S. B., & Godoy Vanegas, F. J. (2021).

Factores de riesgo asociados a desórdenes musculoesqueléticos en miembros superiores en personal de salud. *Revista De La Asociación Española De Especialistas En Medicina Del Trabajo*, 30(3), 307–317.

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S3020-11602021000300006&lng=es&nrm=iso&tlng=es

Iñiguez Jiménez, S. O., & Cruz Pierard, S. M. (2021). Ejercicio en dolor crónico y factores psicológicos. *revisión sistemática. Revista AVFT*, , 39–48.

https://www.revistaavft.com/images/revistas/2021/avft_1_2021/8_ejercicio_dolor_cronico.pdf

Ley 6/2014, de 25 de julio, Canaria de Educación no Universitaria. *Boletín Oficial de Canarias*, 7 de agosto de 2014.

Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. *Boletín Oficial del Estado*, 4 de mayo de 2006.

Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. *Boletín Oficial del Estado*, 30 de diciembre de 2020.

Ley Orgánica 3/2022, de 31 de marzo, de ordenación e integración de la Formación Profesional. *Boletín Oficial del Estado*, 1 de abril de 2022.

Magnago, T. S. B. d. S., Lima, A. C. S. d., Prochnow, A., Ceron, M. D. d. S., Schardong, A. C., & Scalcon, C. d. B. (2014). Fatores associados à dor musculoesquelética em trabalhadores de enfermagem hospitalar. *Revista Enfermagem UERJ*, 22(4), 526–532.
<https://www.e-publicacoes.uerj.br/enfermagemuerj/article/view/4265>

Maqueda Rodriguez, R. (2015). Propuesta de intervención en ergonomía y “burnout “para el técnico en emergencias sanitarias.

Martínez Pérez, M. N., & Vázquez Salvado, M. (2002). Estudio epidemiológico del absentismo laboral en el personal hospitalario por dolor de espalda. *Rehabilitación*, 36(3), 137–142. 10.1016/S0048-7120(02)73259-3

Murillo, N. P. J. M., Paccha, N. J. E. C., Fernández, N. R. M. G., & Tinoco, N. y. A. C. (2023). La importancia del diseño universal para el aprendizaje en la inclusión educativa. *Revista Imaginario Social*, 7(3). <https://doi.org/10.59155/is.v7i3.216>

Orden de 20 de octubre de 2000. Boletín Oficial de Canarias, 10 de noviembre de 2000.

Orden de 22 de febrero de 2008. Boletín Oficial de Canarias, 17 de marzo de 2008.

Orden de 29 de abril de 2005. Boletín Oficial de Canarias, 16 de mayo de 2005.

Orden de 3 de diciembre de 2003. Boletín Oficial de Canarias, 22 de diciembre de 2003.

Orden EFD/657/2024, de 25 de junio. Boletín Oficial del Estado, 26 de junio de 2024.

Orden EFD/658/2024, de 25 de junio. Boletín Oficial del Estado, 26 de junio de 2024.

Orden EFD/659/2024, de 25 de junio. Boletín Oficial del Estado, 26 de junio de 2024.

Orden EFP/717/2022, de 22 de julio. Boletín Oficial del Estado, 25 de julio de 2022.

Real Decreto 1128/2003, de 5 de septiembre. Boletín Oficial del Estado, 17 de septiembre de 2003.

Real Decreto 1529/2012, de 8 de noviembre. Boletín Oficial del Estado, 9 de noviembre de 2012.

Real Decreto 1558/2005, de 23 de diciembre. Boletín Oficial del Estado, 30 de diciembre de 2005.

Real Decreto 229/2008, de 15 de febrero. Boletín Oficial del Estado, 25 de febrero de 2008.

Real Decreto 278/2023, de 11 de abril. Boletín Oficial del Estado, 12 de abril de 2023.

Real Decreto 375/1999, de 5 de marzo. Boletín Oficial del Estado, 16 de marzo de 1999.

Real Decreto 497/2024, de 21 de mayo. Boletín Oficial del Estado, 22 de mayo de 2024.

Real Decreto 498/2024, de 21 de mayo. Boletín Oficial del Estado, 22 de mayo de 2024.

Real Decreto 499/2024, de 21 de mayo. Boletín Oficial del Estado, 22 de mayo de 2024.

Real Decreto 564/2010, de 7 de mayo. Boletín Oficial del Estado, 8 de mayo de 2010.

Real Decreto 565/2024, de 18 de junio, por el que se establece el Curso de especialización de FP de Grado Superior en Comercio electrónico. Boletín Oficial del Estado, 19 de junio de 2024.

Real Decreto 658/2024, de 9 de julio, por el que se modifican el Real Decreto 132/2010 y el Real Decreto 659/2023. Boletín Oficial del Estado, 10 de julio de 2024.

Real Decreto 659/2023, de 18 de julio. Boletín Oficial del Estado, 19 de julio de 2023.

Resolución n.º 89/2021, de 6 de septiembre. Boletín Oficial de Canarias, septiembre de 2021.

Rhoden, D. J., de Fatima Colet, C., & Fernandes Stumm, E. M. (2021). Association and correlation between stress, musculoskeletal pain and resilience in nurses before hospital accreditation maintenance assessment. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, 29 <https://www.scielo.br/j/rlae/a/TV6H3Hf7fLSCXR3NNTP3GFj/?lang=es&format=pdf>

Rivera, L. S., Santamaria Pérez, L. Á, Escalante García, Y., Moguel Ceballos, J. E., & Luna

Arena, L. R. (2023). Prevalencia de lesiones musculoesqueléticas en estudiantes del área de la salud. *MIKARIMIN Revista Multidisciplinaria*, 9(1), 99–106.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8791936>

Tolosa, S. C. M., Conesa, A. G., & Montesinos, M. D. H. (2012). Dolor de espalda,

conocimientos sobre higiene postural y práctica de actividad física en estudiantes universitarios. *Actividad Física Y Desarrollo Humano*, 4(1)

<https://ojs.unipamplona.edu.co/index.php/afdh/article/view/1711>

ANEXOS

Anexo I. Encuesta Realizada A Estudiantes Del CIFP Los Gladiolos

Con el objetivo de justificar la pertinencia de la Situación de Aprendizaje diseñada en este Trabajo Fin de Máster, se ha elaborado y aplicado un cuestionario anónimo y voluntario al alumnado de 1º curso del Ciclo Formativo de Grado Medio en Cuidados Auxiliares de Enfermería del CIFP Los Gladiolos. El cuestionario tuvo como finalidad recoger información sobre la frecuencia de molestias musculoesqueléticas, los hábitos posturales y el grado de conocimiento previo del alumnado sobre ergonomía.

Participaron un total de 20 estudiantes, lo que representa el 100 % del grupo-clase. La encuesta constaba de 10 ítems de respuesta cerrada y una pregunta abierta final.

Encuesta: Dolor musculoesquelético y hábitos posturales en el aula

1. ¿Has sentido dolor en alguna zona del cuerpo durante tu etapa como estudiante?
 - Nunca
 - Ocasionalmente
 - Con frecuencia
 - A diario
2. ¿En qué zona sientes molestias con mayor frecuencia? *(puedes marcar varias opciones)*
 - Cuello
 - Hombros
 - Espalda baja

- Piernas
 - Muñecas/manos
3. ¿Consideras que adoptas una postura adecuada al sentarte en clase?
- Sí, siempre
 - A veces
 - Rara vez
 - Nunca
4. ¿Conoces qué es la higiene postural?
- Sí
 - Me suena pero no sabría explicarlo
 - No
5. ¿Te han explicado en clase cómo evitar lesiones por malas posturas?
- Sí
 - No
6. ¿Utilizas alguna estrategia para mejorar tu postura corporal?
- Sí, de forma consciente
 - Solo cuando me lo recuerdan
 - No
7. ¿Crees que las malas posturas pueden afectar a tu futuro profesional?
- Sí

- ☐ No
 - ☐ No lo sé
8. ¿Has recibido formación sobre ergonomía en el aula?
- ☐ Sí
 - ☐ De forma muy básica
 - ☐ No
9. ¿Te interesaría participar en una unidad didáctica que trate sobre prevención del dolor corporal?
- ☐ Mucho
 - ☐ Algo
 - ☐ Poco
 - ☐ Nada
10. ¿Con qué frecuencia haces pausas activas o te mueves durante el horario lectivo?
- ☐ Cada hora
 - ☐ Solo en los recreos
 - ☐ Rara vez
 - ☐ Nunca

Pregunta abierta

11. ¿Qué propondrías para mejorar el bienestar físico durante las clases?

Anexo II. Resultados Y Análisis

- El 90 % del alumnado manifestó sentir dolor ocasional o frecuente, especialmente en la zona lumbar (75 %), cuello (55 %) y hombros (40 %).
- Un 65 % reconoce que adopta malas posturas, de forma habitual o casi siempre.
- El 70 % no ha recibido formación específica sobre higiene postural.
- Un 85 % muestra interés alto o muy alto en participar en una unidad sobre prevención del dolor musculoesquelético.
- Solo el 20 % hace pausas activas regularmente durante la jornada.

Los datos recogidos evidencian que la mayoría del alumnado presenta molestias físicas durante el horario lectivo, siendo más comunes en zonas relacionadas con malas posturas prolongadas. También se constata una baja formación previa en ergonomía, higiene postural y autocuidado físico. Estos resultados refuerzan la necesidad de implementar una propuesta didáctica centrada en la prevención del dolor musculoesquelético, especialmente en un ciclo como Cuidados Auxiliares de Enfermería, donde el alumnado se prepara para desempeñar tareas asistenciales físicamente exigentes.

Además, el alto grado de interés del grupo en abordar este tema confirma su pertinencia y justifica plenamente su incorporación al diseño curricular del módulo.

Anexo III. Ejemplo de rúbrica**Tabla 15***Ejemplo de instrumento: extracto de la rúbrica técnica para la simulación de movilización*

Indicador	Excelente (10)	Aceptable (7)	Mejorable (5)
Posición corporal	Mantiene una postura alineada, segura y ergonómica durante toda la maniobra.	Presenta una postura adecuada en general, con correcciones menores.	Adopta posturas inadecuadas que comprometen su seguridad o la del paciente.
Comunicación verbal y no verbal	Se comunica con claridad, respeto y empatía; informa y tranquiliza al paciente.	Se comunica adecuadamente, aunque con poco detalle o sin contacto visual.	No informa al paciente o su comunicación resulta brusca o poco profesional.
Aplicación técnica	Realiza la técnica con precisión, fluidez y total control del entorno.	Ejecuta la técnica con pequeñas imprecisiones que no afectan al resultado final.	La técnica es incorrecta, insegura o requiere intervención del docente.
Preparación del entorno	Prepara correctamente el espacio, anticipa riesgos y organiza el material.	Prepara el entorno de forma básica, aunque olvida algún detalle no esencial.	Desorganiza el entorno o no prepara el material correctamente.
Uso del material	Utiliza el material de forma segura, ordenada y conforme a los protocolos.	Usa el material correctamente, aunque con dudas o sin orden claro.	Utiliza mal el material o de forma improvisada, comprometiendo la seguridad.
Actitud profesional	Muestra iniciativa, responsabilidad y respeto durante toda la simulación.	Tiene una actitud adecuada, aunque necesita guía o refuerzo en algún momento.	Presenta pasividad, inseguridad o falta de respeto durante la práctica.

Esta rúbrica puede acompañarse de una escala sumativa, donde se establezca el nivel alcanzado por cada alumno, y una sección para comentarios del docente.