

SECCIÓN I. ORIENTACIONES PARA LA PERSONA ENCARGADA DE LA DOCENCIA

1.1. INTRODUCCIÓN.

Es un hecho generalizable que todas las personas que se dedican a impartir docencia necesitan una formación pedagógica y científica que las capacite para desarrollar una labor docente de calidad. Por eso esta Guía comienza aportando una serie de nociones pedagógicas básicas, ya que persigue ayudar al equipo sanitario de Atención Primaria a mejorar sus habilidades didácticas y de comunicación, mostrando algunos aspectos didácticos esenciales que pueden ayudar a los y las profesionales a ser mejores docentes, tanto en las sesiones expositivas, como al utilizar metodologías participativas que provoquen en las discentes un aprendizaje activo, reflexivo-experiencial, que vaya más allá de la transmisión de conocimiento. Esto redundará en la realización de una Preparación al Nacimiento y Crianza más eficaz y satisfactoria para todas.

Como sugerencia general de calidad docente cada profesional, durante el desarrollo de su docencia debería tener en cuenta los siguientes objetivos:

- a. Proporcionar información veraz y objetiva.
- b. Dar a conocer los objetivos y contenidos de forma clara, con técnicas y métodos adecuados.
- c. Fomentar el análisis crítico.
- d. Potenciar el aprendizaje activo colaborativo, fomentando la comunicación efectiva entre los distintos integrantes del grupo y creando un entorno de respeto mutuo, apoyándose en el grupo.

1.2. EL APRENDIZAJE.

Aprender es un proceso que se produce en el momento en que una persona es capaz, al interrelacionarse con el mundo exterior, de crear nuevas respuestas para dar solución a situaciones desconocidas para ella o de modificar sus respuestas habituales a circunstancias conocidas. Por tanto, podríamos decir que el aprendizaje se produce cuando el individuo consigue una nueva forma de relación con su entorno. Además, es importante destacar que la mayor parte de los aprendizajes se dan en una situación de interrelación entre dos o más personas.

El aprendizaje es una actividad compleja en la que la persona participa activamente. Cuando el/la docente concibe a las personas participantes en una acción formativa como un activo en el proceso de enseñanza-aprendizaje, y no como meros espectadores pasivos, el/la docente es un orientador, mediador, un guía que conduce a la persona por la construcción del conocimiento e intenta posibilitar que el grupo de participantes realice aprendizajes significativos por sí solo, enriquecer su estructura cognitiva, para lograr que aprendan a aprender. El aprendizaje significativo puesto de relieve en la orientación pedagógica de esta Guía, se fundamenta en la prioridad de los objetivos de cada actividad didáctica con respecto a los contenidos, ya que la adquisición de este tipo de aprendizaje modifica la capacidad de aprender y no se reduce a una acumulación de saberes.

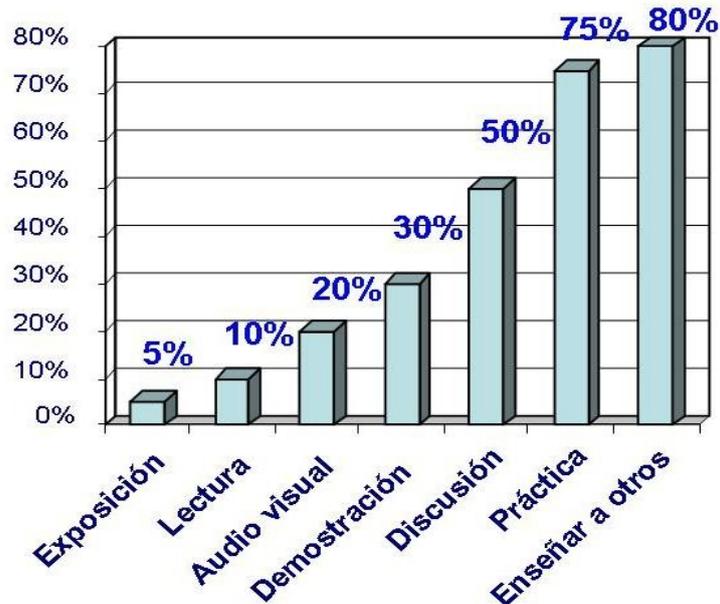
Por ello, es preciso para el equipo que se enfrente a la Preparación al Nacimiento y Crianza descubrir los saberes previos y los estadios evolutivos de las personas que acuden ante ella con ánimo de aprender algo nuevo, para poder enfocar los bloques temáticos desde la realidad, proporcionando un nuevo material de información que les ayude a reequilibrar sus esquemas mentales, facilitando la adaptación a las nuevas situaciones que están por venir.

Cada profesional, en su rol docente, tiene que programar las actividades como situaciones en las que el discente (la persona que aprende) será capaz de: *sentir* la limitación de sus saberes previos, *experimentar* la inconsistencia de sus conocimientos, *descubrir* un nuevo esquema cognitivo más adecuado para comprender la realidad, y *proponer* el uso de metodologías basadas en el aprendizaje cooperativo.

Como recurso formativo, el taller constituye una forma coherente de llevar la práctica educativa en el sentido citado anteriormente. De hecho, este formato supone una importante apuesta pedagógica para el equipo de Atención Primaria, ya que puede afirmarse que su correcta utilización garantiza:

- a. Un **aprendizaje activo** (Piaget).
- b. Un **aprendizaje por descubrimiento** (Bruner).
- c. Un **aprendizaje con un carácter social**, en interacción con los otros (Vigotsky).
- d. Un **aprendizaje significativo y motivante** (Ausubel).

A la hora de programar las actividades que compondrán la Preparación al Nacimiento y Crianza, se habrá de tener en cuenta el diferente impacto que puede tener la nueva información recibida por alguien, en función de la vía por la que le ha llegado. Según Lang & McBeath (2003), la proporción en la que aprendemos a través de los sentidos es: 1 % a través del gusto, 2% a través del tacto, 4% a través del olfato, 10% a través del oído, y 83% a través de la vista; y la retención de la información se expone en el cuadro siguiente.



Retención de la información (Osoro Sierra & Salvador Blanco)

Esto refuerza la necesidad de priorizar, en la docencia de la Preparación al Nacimiento y Crianza, aquellos métodos que se basan en la práctica o en enseñar a hacer algo (sin quedarse solo en las “clases” como espacios de mera exposición oral de contenidos).

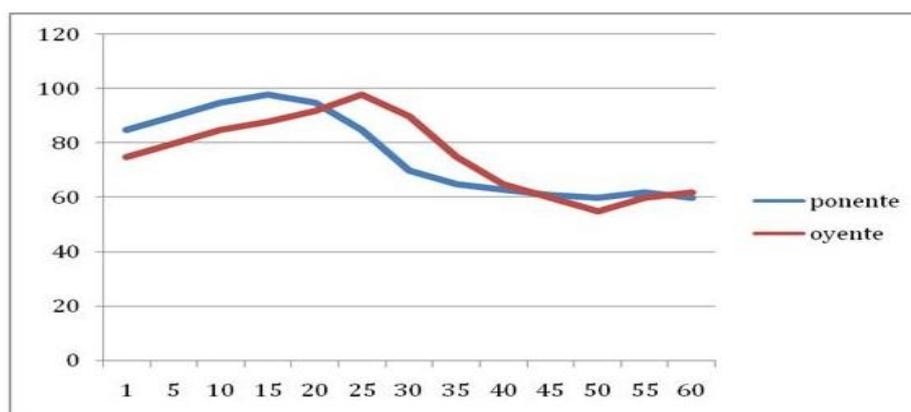


Pirámide de aprendizaje
(% promedio de tasa de retención)

Además, en cuanto a la retención de la información, la pirámide del aprendizaje de Cody Blair muestra cómo la proporción mayor se le atribuye al aprendizaje colaborativo, por lo que las dinámicas de grupo en que varias personas aprenden algo juntas, a través de la interacción entre ellas, parecen ser la opción más interesante para la consecución de los objetivos docentes del equipo de Atención Primaria.

Otro aspecto importante a tener en cuenta a la hora de programar las distintas sesiones es el rendimiento de oyente y ponente. Es fundamental no caer en la tentación de alargar innecesariamente las actividades, sobre todo si se trata de presentaciones orales que limitan a un papel pasivo a las gestantes y sus acompañantes.

Se establece como recomendación general utilizar unidades didácticas de 25 minutos. Es el llamado **minuto Brown** (en referencia a la Universidad de Brown) que, como se ve en la gráfica siguiente, sería una unidad de tiempo de entre 20 y 25 minutos, en la que el rendimiento del/la oyente y del/la ponente son máximos. En el marco de sesiones más largas, que no habrían de superar habitualmente los 90-100 minutos, el uso del minuto Brown debería llevarnos a programar, al menos, tres o cuatro actividades distintas.



**% de rendimiento de oyente y ponente durante una sesión magistral
(Tiempo expresado en minutos)
(Osoro Sierra & Salvador Blanco)**

En general, la enseñanza hay que diseñarla y ejecutarla pensando siempre en el aprendizaje discente. De hecho, la concepción que cada profesional docente tiene sobre el aprendizaje va a determinar su forma de enseñar, orientando:

- a. La **selección de contenidos** que piensa que deben ser aprendidos y la organización de los contenidos
- b. La **planificación de las actividades**.
- c. La **organización de los recursos** de enseñanza.
- d. Las **interacciones de las gestantes** y sus acompañantes, y la **evaluación** de los aprendizajes.

Uno de los elementos fundamentales a tener en cuenta en el aprendizaje, y sobre todo en el de las personas adultas, es la motivación. Si entendemos ésta como el impulso que activa y orienta la conducta, una de las principales funciones de los y las profesionales, en su papel de formadores, sería fomentar la consecución de una motivación adecuada, de manera que consiguieran implicar e interesar de manera activa a la población a la que va dirigida la formación. Y esto tanto en los contenidos, como en las actividades encaminadas a conseguir unas actitudes y una determinada manera de actuar en su autocuidado, con el convencimiento de la repercusión que dicha formación tiene en la vida diaria sobre su salud.

Para favorecer esta motivación, es muy necesario crear un buen clima en las sesiones (libertad, dialogo, participación, reconociendo el esfuerzo, etc.) ya que este será fundamental para favorecer la motivación. La creación de grupos de trabajo donde se potencie el trabajo colaborativo es una buena fórmula para que el grupo se cohesionen, y produzca y avance desde sus propias experiencias.

1.3. CARACTERÍSTICAS Y HABILIDADES DOCENTES.

Toda actividad docente debe ir acompañada de una planificación didáctica detallada, que exprese de forma clara y coherente los aprendizajes a llevar a cabo por las personas inmersas en el proceso. Esta planificación se desarrolla mediante la realización de las denominadas guías didácticas, que son de gran utilidad, ya que ayudan a conducir el aprendizaje de las personas participantes en una actividad pedagógica, y a través de ellas se les oferta esta información suficiente como para determinar qué es lo que se pretende que aprendan, cómo se va a hacer y bajo qué condiciones. Además, estas guías ayudan en gran medida a caracterizar y reflexionar sobre la propia docencia que se imparte.

Las guías didácticas permiten clarificar los objetivos de aprendizaje e identificar los métodos más adecuados para conseguirlos, teniendo en cuenta los recursos disponibles. Los puntos esenciales que debe contener toda guía didáctica son:

a. Introducción.

- Resumen de contenidos.
- Temática.
- Competencias (generales y específicas) a adquirir.
- Objetivos.
- Resultados de aprendizaje (Evaluación).

b. Metodología.

- Estrategias didácticas.
- Tipo de actividad:
 - Actividades de aprendizaje (asimilativas, de gestión de información, de aplicación, de comunicación, productivas, experienciales, evaluativas).
- Materiales didácticos (vídeos, materiales para simulación, material divulgativo, evaluación...)

c. Bibliografía y/o recursos complementarios recomendados.

d. Evaluación.

e. Cronograma.

En la sección siguiente se ofrecerá un conjunto de guías didácticas, a modo de sugerencia, con las que poder abordar un programa integrado y completo de Preparación al Nacimiento y Crianza. Esperamos que estas guías puedan jugar un papel relevante en la homogeneización de los contenidos de la Preparación al Nacimiento y Crianza, así como servir de ayuda para el conjunto de profesionales que se enfrentan por primera vez a la impartición de ésta o para aquellas que desean renovar su docencia en este ámbito.

Sin embargo, deben considerarse en todo momento como sugerencias, ya que la mejor guía didáctica es la que diseña cada profesional teniendo en cuenta sus propias habilidades, capacidades y recursos, contando con las necesidades específicas de su población de referencia.

1.3.1. Habilidades docentes.

Todo profesional docente debe poseer capacidades y recursos que induzcan a las gestantes/acompañantes a la adquisición de competencias, es decir que promuevan un aprendizaje activo y motivador en la consecución de los objetivos docentes planificados. Algunas de las habilidades docentes se muestran a continuación:

- a. Motivación.** Para motivar y generar interés en las personas asistentes, será imprescindible poner en práctica toda una serie de habilidades de comunicación que logren captar su atención y fomentar su participación. Es relevante explicarles las ventajas de la Preparación al Nacimiento y Crianza y su utilidad, partiendo siempre de una relación de empatía con sus propias experiencias vitales.
- b. Clima.** Es importante desde el primer momento entablar un buen clima relacional, afectivo, que genere confianza y seguridad entre el personal sanitario y las personas asistentes, para lo que pueden utilizarse técnicas de grupo como la presentación inicial, aproximaciones personales (“ponte en mi lugar”, “yo soy...”)
- c. Información.** El/la docente debe informar a las personas participantes sobre los objetivos de aprendizaje y contenidos de las sesiones, indicando las fuentes de información, materiales didácticos, la bibliografía y recursos diversos; si procede también se negociarán las posibles actividades a realizar.
- d. Exposición.** Para facilitar la comprensión de los contenidos de la Preparación al Nacimiento y Crianza, será necesario llevar a cabo exposiciones magistrales que reúnan unas características básicas. Éstas deben ser breves, claras y adaptadas al lenguaje y características socioculturales del grupo. La exposición de contenidos debe constituir sólo una parte marginal de las sesiones. Y para que éstas lleven a un aprendizaje significativo, es relevante establecer relaciones constantes entre los conocimientos previos de las personas asistentes y el contenido que se está exponiendo. Por tanto, es importante fomentar la retro-alimentación y comprobar que se ha captado el mensaje a partir de la participación activa.
- e. Colaboración.** También es primordial promover el establecimiento de alianzas y de apoyo mutuo entre las distintas personas que componen el grupo de preparación, haciendo preguntas, promoviendo la colaboración y el trabajo en

grupo, realizando presentaciones, orientando el desarrollo de las destrezas que se persiga obtener.

- f. Programación.** Es conveniente organizar y adaptar los contenidos y las actividades a llevar a cabo, en función de las necesidades del grupo. Así como es importante compartir los objetivos perseguidos con las personas asistentes, resumiendo éstos y comprobando que todo el grupo los comprende a través de la solicitud continuada de retro-alimentación (hacer preguntas colectivas al respecto, invitar a la reflexión en los puntos importantes, contextualizar lo que se aprende en situaciones reales o simuladas, etc)
- g. Comunicación.** Las habilidades de comunicación son esenciales para una buena docencia. Poner en práctica la escucha activa, con uso de silencios adecuados, y el control de las expresiones faciales, gestos, etc., son factores de éxito a lo largo de la Preparación al Nacimiento y Crianza. Se deben utilizar los refuerzos verbales y no verbales a la participación de las personas asistentes. Asimismo, será de gran relevancia la utilización del coloquio, el diálogo o la discusión, con el fin de conocer las dudas, lo comprendido, lo reflexionado, los interrogantes, que la docencia va suscitando en las personas asistentes.
- h. Evaluación.** La evaluación es fundamental para conocer el resultado de los aprendizajes adquiridos en las sesiones. La evaluación concebida como la mejora continua, se debe realizar durante todo el proceso. Para conocer los conocimientos previos y poder hacer un diagnóstico que permita poner en marcha el aprendizaje experiencial, se debe hacer una evaluación inicial al comienzo de la formación. Y la evaluación del proceso seguido se debe ir realizando durante la actividad formativa (en diferentes módulos/sesiones....), lo que permitirá ir subsanando o bien reforzando las estrategias, métodos y recursos utilizados. Por último, debe hacerse también una evaluación final o de resultado. Además de la evaluación de aquellos criterios preestablecidos por quienes dirigen la actividad, también se pueden utilizar otras formas variadas de valoración del aprendizaje obtenido. Se puede solicitar a las personas asistentes una autoevaluación, así como se puede hacer uso de la hetero-evaluación o evaluación entre los distintos componentes del grupo. Estrategias distintas de evaluación del aprendizaje pueden ayudar a conocer el resultado de la Preparación al Nacimiento y Crianza desde diferentes perspectivas. Además de valorar el aprendizaje alcanzado, también es conveniente conocer la calidad percibida en la propia actividad docente y de educación sanitaria. Es decir, resulta muy útil conocer la opinión de las personas asistentes respecto a los contenidos trabajados, las estrategias de aprendizaje empleadas, la metodología, el estilo docente, el material aportado, la bibliografía, así como otros aspectos de clima, comunicación, etc. Recoger toda esta información permite hacer mejoras para futuros cursos o actividades de Preparación al Nacimiento y Crianza a partir de la introducción de aquellos cambios que la población va considerando pertinente.

1.4. MÉTODOS DE ENSEÑANZA

La selección del método es uno de los elementos fundamentales de los proyectos formativos según Fernández March (2006). Pero dichos métodos son muy diversos. Solo esta autora tiene catalogados alrededor de 30 métodos de enseñanza y estos los divide en tres categorías (Fernández March, 2005):

a. Métodos de enseñanza basados en las exposiciones magistrales . b. Métodos orientados a la discusión y/o al trabajo en equipo . c. Métodos fundamentados en el aprendizaje individual .		
Lección magistral	Exposiciones formales	<ul style="list-style-type: none"> • Conferencia por parte de un profesor/una profesora o profesional con experiencia académica
	Exposiciones informales	<ul style="list-style-type: none"> • Exposición magistral informal • Exposición-demostración • Exposición presentada por las personas participantes
Trabajo en grupo	Seminarios	<ul style="list-style-type: none"> • Seminario clásico • Debate
	Estudio de casos	<ul style="list-style-type: none"> • Método de Harvard • Redacción de casos por las personas participantes
	Enseñanza por pares	<ul style="list-style-type: none"> • Proyecto • Aprendizaje basado en problemas (ABP) • Trabajo dirigido o taller • Simulación • Juego de roles (dramatización y sociodrama)
Trabajo autónomo	Dirección de estudios	<ul style="list-style-type: none"> • Contrato de aprendizaje • Programa de lecturas • Enseñanza cooperativa • Enseñanza a distancia
	Trabajo individual	<ul style="list-style-type: none"> • Enseñanza modular • Audio-tutoría • Enseñanza personalizada • Enseñanza programada

Fuente: Fernández March (2005), modificado.

La lección magistral

Exposición oral complementada con el uso de medios audiovisuales y la introducción de algunas preguntas dirigidas a las personas participantes, con la finalidad de transmitir conocimientos y facilitar el aprendizaje.

La clase magistral es también conocida como “conferencia”, “método expositivo” o “lección magistral”. Esta última modalidad se suele reservar a un tipo especial de lección impartida por un docente en ocasiones especiales, con un contenido que supone una elaboración original y basada en el uso casi exclusivo de la palabra como vía de transmisión de la información a la audiencia (Coruña, 2012).

Debido a que es una de las técnicas más utilizadas, a continuación se van a exponer algunas de las estrategias para su mejora, propuestas por Imbernon (2009):

- a. Es conveniente conocer a las personas participantes con el fin de diseñar la estrategia más adecuada.
- b. Cuando el/la profesional es capaz de presentarse como una docente creíble, veraz y con experiencia, la audiencia escucha más activamente y acepta mejor sus sugerencias.
- c. Presentar argumentos tanto a favor como en contra de cuestiones polémicas es muy adecuado.
- d. Se debe advertir de la dificultad, si es que existe, relativa a algunas cuestiones o de la complejidad en alguna de las tareas planteadas. Si la tarea es compleja y genera ansiedad, es necesario ofrecer a las mujeres estrategias y recursos de reducción de esta ansiedad.
- e. Exponer las ideas de otros expertos (argumentos de modelo) cuando se enfrentan a problemas similares en el tema que se está tratando.
- f. Si la visión que aporta el/la docente es discutida por otros expertos, se han de mostrar estos puntos de vista polémicos.
- g. Si el problema o tema es complejo para el grupo, se han de dar las soluciones y suficiente tiempo; si el problema o tema no es tan complejo, es mejor permitir que el grupo extraiga sus propias conclusiones.

Otras Técnicas

Otras actividades son las basadas en técnicas de trabajo en grupo o técnicas grupales que a continuación se detallan.

1.4.1. Actividades iniciales de presentación

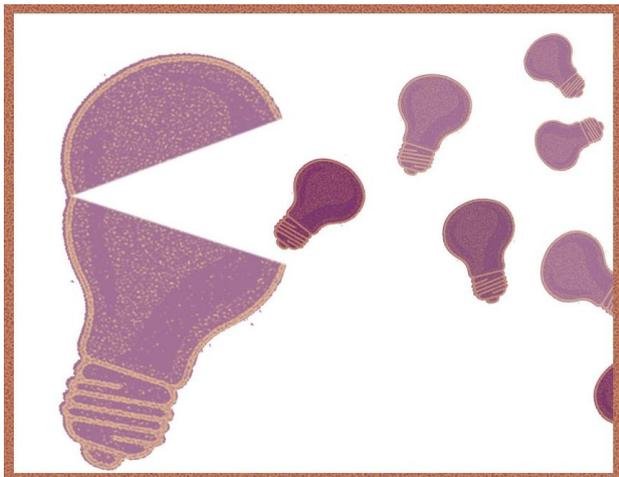
De gran utilidad por la información que proporcionan sobre el grupo, las técnicas de presentación sirven también para conseguir que el grupo empiece a funcionar de modo dinámico, facilitando la participación de sus integrantes.

Se pueden conseguir importantes beneficios de su uso, siempre que se realicen de forma adecuada, respetando los tiempos y las particularidades de las personas asistentes.

1.4.2. Ideas previas y motivación

Es fundamental en cualquier proceso de aprendizaje tener en cuenta los elementos previos que ya son dominados por las discentes, porque será a partir de ellos que se elaboren los nuevos conocimientos. Es conveniente por tanto realizar una evaluación diagnóstica sobre los aspectos esenciales del programa de Preparación al Nacimiento y Crianza, y sobre la motivación de las personas asistentes.

1.4.3. Lluvia de ideas (“Brainstorming”)



Esta técnica permite la participación de todas las personas componentes del grupo en el abordaje de una cuestión de interés. Lo primero que ha de hacerse es plantear al grupo el tema sobre el que se quiere trabajar. Se pedirá a todas las integrantes que digan cualquier idea que les parezca sobre el tema.

Para que la técnica tenga éxito será esencial no valorar las aportaciones de las personas asistentes hasta que termine el periodo de participación. El/la docente irá apuntando todas las aportaciones en un

papelógrafo o pizarra. Una vez apuntadas todas se hará una revisión por parte del profesional, planteando una visión general del tema a partir de estas ideas previas.

1.4.4. Modelo de aprendizaje reflexivo-experiencial

El aprendizaje reflexivo-experiencial diseñado en la Universidad de Harvard (Kolb, 1984; 1999), consiste en un ciclo de 4 etapas: experimentar, reflexionar, pensar y actuar. Se aprende de modo distinto en cada una de estas etapas, que se van interrelacionando entre sí:

- a. Situación real de partida para el aprendizaje, que consiste en una experiencia práctica.
- b. Después de reflexionar sobre este punto de partida y recopilar información, puede compartirse lo conseguido en un grupo pequeño.
- c. Posteriormente es tiempo de interconectar todas las reflexiones y datos que se han obtenido, promoviendo la interiorización de lo aprendido.
- d. La última fase es la aplicación en la práctica de lo interiorizado.

1.4.5. Análisis de fuentes documentales

Supone la utilización de documentos audiovisuales y/o bibliográficos (fragmentos de reportajes documentales o películas, noticias de actualidad, paneles gráficos, fotografías, biografías, artículos, textos legislativos, etc.) relevantes para la temática de la materia con actividades específicamente diseñadas para el análisis de los mismos. Se puede emplear como introducción general a un tema, como instrumento de aplicación del estudio de casos, para la explicación de procesos que no se pueden observar directamente, para la presentación de situaciones complejas o como síntesis de contenidos de carácter teórico o práctico (Coruña, 2012).

1.4.6. Aprendizaje colaborativo

Se trata de cambiar el foco desde una posición pasiva del conjunto de participantes en el grupo, hacia un papel fundamentalmente activo. La persona que coordina ocupará un lugar secundario y se limitará, sobre todo, a supervisar y dar consejo a las personas asistentes durante la realización de las actividades didácticas desarrolladas en las sesiones presenciales. El aprendizaje colaborativo mejora mucho las capacidades de interrelación antes, facilitando la participación de las personas asistentes en la creación de una postura común del grupo.

1.4.7. El Phillips 66

Es una técnica de [dinámica de grupos](#) o técnica grupal educativa. Su objetivo es aumentar la intervención de los miembros del grupo, discutir y analizar un problema de manera simultánea, motivar una discusión ordenada entre las personas participantes y posibilitar un intercambio de puntos de vista.

Se formula un tema (que después se subdividirá), y se pide que para su realización el grupo grande se subdivida a su vez en grupos de seis personas que, a su vez, tratan de dar una respuesta en común en seis minutos al tema propuesto inicialmente. En cada grupo debe elegirse un/a portavoz que una vez terminado el plazo, debe llegarse a un acuerdo para finalizar con una puesta en común.

Esta técnica permite que se desarrolle la capacidad de síntesis; contribuye a que se supere el temor a hablar ante otras personas; fomenta el sentido de responsabilidad y estimula la participación de todos los miembros del grupo.

1.4.8. Debate dirigido

Es un intercambio de ideas sobre un tema determinado y puede servir para aproximarse a una situación desde distintos puntos de vista, tiene como objetivo conocer todos los aspectos de un tema o asunto, a través de la exposición de las opiniones que sobre éste tienen todos los integrantes de un grupo (Imbernon & Medina, 2008).

Las personas participantes deben saber que se va a realizar esta estrategia y así pueden informarse para actuar con libertad de conocimientos y con un clima de respeto a sus oponentes. El debate no durará más de una hora y no participarán más de 12 personas. El/la docente o coordinador/a presenta el tema, y las condiciones de realización:

- a.** Es importante la participación de todas las personas participantes.
- b.** Se debe agotar el tema, situación o conflicto.
- c.** Las argumentaciones han de ser lógicas evitando en todo momento los personalismos.
- d.** La aceptación y el respeto por las personas participantes.
- e.** La persona que coordina el grupo presenta el tema, conduce el debate y hace una síntesis del mismo al finalizar.

1.4.9. Juego de roles

Técnica de dinámica de grupos que tiene como objetivo ayudar a desarrollar la perspectiva social y la empatía mediante la representación de diferentes papeles dentro de situaciones conflictivas donde intervienen diferentes posturas que tienen que ser combinadas. Se utiliza para trabajar las relaciones interpersonales, el comportamiento, los valores y las actitudes.

Suelen llamar a las diferentes clases de juegos de rol de la manera siguiente:

- a.** Psicodrama: Se utiliza principalmente con fines terapéuticos.
- b.** Dramatización: Se utiliza con fines pedagógicos.
- c.** Sociodrama: Se utiliza con fines pedagógicos.

1.4.10. Mesa redonda

Técnica de dinámica de grupos en que un grupo de especialistas en un tema, que tienen puntos de vista divergentes o contradictorios, llevan a cabo una discusión delante de un grupo, el cual debe ser moderado por alguien asignado para ello.

1.4.11. Simulación

Consiste en la representación de un fenómeno de naturaleza física, técnica, psicológica, social y cultural que permite un análisis más sencillo, económico o inocuo que si se llevara a cabo sobre el original o en la realidad. Se pone al sujeto ante unas condiciones hipotéticas en las cuales se prueba su comportamiento ante situaciones concretas, sus conocimientos, su capacidad de analizar alternativas y sus consecuencias.

Se basa, por tanto, en la configuración de situaciones similares a las que se producen en un contexto real, con la finalidad de utilizarlas como experiencias de aprendizaje o como procedimiento para la evaluación.

1.4.12. Aprendizaje basado en problemas (ABP)

El ABP es una actividad constructiva, “aprender haciendo”, una forma de enseñanza deductiva, una conjunción de la teoría y la práctica que permite utilizar estrategias de razonamiento para combinar y sintetizar datos, en la cual el punto de partida es un problema lo más cercano a la realidad donde el educando, mediante la participación activa en el grupo, identifica necesidades e integra conocimientos utilizando múltiples recursos.

1.5. CAPTACIÓN DE LAS MUJERES EMBARAZADAS, PAREJAS O ACOMPAÑANTES

La Preparación al Nacimiento y Crianza es una actividad que suele ser muy bien valorada por quienes la realizan. No obstante, una parte importante de la población a la que se ofrece no llega a acudir a las sesiones, detectándose además cierta tendencia a que esta falta de asistencia sea más frecuente en sectores de la población a las que dicha

actividad docente podría beneficiar de forma especial (mujeres/parejas inmigrantes, con escasos recursos económicos y/o culturales, etc.)

Por ello es muy importante que el equipo de Atención Primaria haga todos los esfuerzos posibles para mejorar las tasas de captación de gestantes en la Preparación al Nacimiento y Crianza. Aunque cada profesional conoce sus propias circunstancias laborales, poblacionales, etc., las siguientes recomendaciones quizás puedan tener utilidad para conseguir que aumente el número de gestantes/parejas-acompañantes que acudan a las sesiones.

- Establecimiento de una o varias sesiones iniciales de Preparación al Nacimiento y Crianza en el primer trimestre de gestación.
 - La cercanía temporal entre la primera visita y la sesión de primer trimestre puede facilitar la asistencia.
 - Una buena experiencia de aprendizaje al inicio de la gestación puede favorecer que la gestante quiera participar en el resto de sesiones cuando alcance las 28 semanas de embarazo.
 - Oferta universal de esta sesión de primer trimestre durante la primera visita de seguimiento del embarazo.
- Registro por escrito, en el Documento de Salud de la Embarazada, de todas las citas para Preparación al Nacimiento y Crianza.
- Registro digital, en el módulo de citación de DIRAYA, de todas las citas para Preparación al Nacimiento y Crianza.
- Creación de un listado de mujeres citadas a cada grupo de Preparación al Nacimiento y Crianza. Aunque algunos profesionales siguen utilizando un cuaderno para hacer el registro de los grupos, DIRAYA permite extraer e imprimir un listado de citas previstas para la actividad “Educación Maternal”.
- Aviso por SMS. Muchas consultas de planificación familiar de Atención Primaria del SSPA cuentan con un teléfono móvil desde el que se pueden enviar SMS, lo que los convierte en una magnífica herramienta de captación. Si el/la profesional crea una plantilla de texto en su terminal con un mensaje de citación (por ejemplo, “La primera sesión de Preparación al Nacimiento y la Crianza tendrá lugar en el Centro de Salud de _____ el próximo día __ a las ___ horas. Profesional CS _____”), solo tendrá que incluir los números de teléfono de cada grupo de mujeres para hacer una captación activa de las mismas. Se recomienda enviar los SMS cuando falten solo unos días para la realización de la primera sesión.
- Aviso telefónico. Es tanto o más efectivo que el método anterior, pero necesita una dedicación mucho mayor de tiempo y esfuerzo por parte del equipo sanitario.
- Carteles. Es conveniente colocar en el Centro de la Salud (sobre todo, cerca de la consulta), carteles indicativos de las fechas de próximos grupos de Preparación al Nacimiento y Crianza. Esto es especialmente útil cuando se utiliza la metodología de grupos abiertos.
- Convocatorias en páginas web: Cada vez son más los centros sanitarios que disponen de su propio sitio web, por lo que en estas también pueden incluirse convocatorias para participar de las sesiones de Preparación al Nacimiento y Crianza.
- Captación de líderes. En los colectivos de mujeres inmigrantes suele haber personas que desempeñan una labor de liderazgo dentro del grupo, bien por su actitud personal de servicio, bien por su manejo del idioma local, o por ambos u otros

motivos. Incorporar a estas mujeres a la Preparación al Nacimiento y Crianza (incluso pidiéndoles que expongan su propia experiencia o su punto de vista sobre alguno de los contenidos del programa), puede favorecer la asistencia de muchas mujeres inmigrantes.

- Captación de las parejas. La asistencia de las parejas de las gestantes enriquece al grupo desde un punto de vista didáctico y puede facilitar (medios de transporte, apoyo mutuo, etc.) la asistencia de las mujeres. En caso de que el espacio disponible sea muy pequeño, puede ser conveniente dividir el grupo en dos, para no excluir a las parejas.
- Adecuación de horarios. Es importante tener en cuenta que los horarios son un factor decisivo para muchas personas a la hora de decidir si asisten o no a la Preparación al Nacimiento y Crianza, especialmente en el caso de las mujeres que ya tienen otros hijos/as. La realización de sesiones de no más de 100 minutos de duración puede ser un factor facilitador para la asistencia.
- Sesiones online: Dada la actual coyuntura de pandemia por COVID-19 es conveniente habilitar la posibilidad de realizar las sesiones de Preparación al Nacimiento y Crianza a través de videoconferencia, para lo que siguen teniendo validez muchas de las indicaciones recogidas anteriormente. Las diferentes plataformas digitales disponibles aportan algunas herramientas más para la captación de las personas participantes (invitación por correo electrónico con enlace, etc.)

Todos los contenidos expuestos anteriormente son orientaciones generales de carácter didáctico, para que los y las profesionales que se dediquen a la Preparación al Nacimiento y Crianza puedan usarlas adaptándolas a las situaciones y características peculiares de cada grupo. En la siguiente sección aparecerán diferentes propuestas concretas, en función de las temáticas, para cada una de las sesiones.

En anexos adjuntos se encontrarán las presentaciones digitales que desarrollan estas propuestas didácticas. Todas ellas irán desarrolladas de acuerdo al siguiente esquema de contenidos:

- a.** Número de sesión y título de la misma.
- b.** Trimestre en el que se va a desarrollar.
- c.** Esquema de contenidos.
- d.** Objetivos:
 - Conocimientos.
 - Habilidades.
 - Actitudes.
- e.** Propuesta de diseño de la actividad docente
- f.** Recursos
- g.** Desarrollo de los contenidos de la sesión.