

## INSTRUCCIONES/RECOMENDACIONES DIRIGIDAS AL PROFESORADO

El taller/bloque **Ejemplos de proyectos de investigación** se compone de 2 partes. En la Guía *Salvando mi territorio* se explica en detalle el contenido de cada taller/bloque y se incluyen recomendaciones para trabajarlo en el aula.

Esta parte/sesión se acompaña de 1 presentación:

1) **Presentación-guía Ejemplo proyecto de investigación I dirigida al profesorado** con las instrucciones y recomendaciones necesarias para impartir cada parte/sesión en el aula. Las presentaciones incluyen

Las instrucciones y recomendaciones dirigidas al profesorado aparecen en **texto de color MORADO**, como el que aquí se utiliza, para que se identifique claramente como texto complementario. Las diapositivas de actividades se diferencian porque tienen el fondo grisáceo.

Esperamos que el contenido resulte interesante y útil.

# Salvando mi territorio

## Ejemplos de proyectos de investigación I

### Azúcar no, gracias

Begoña Ivars Nicolás  
[bivars@umh.es](mailto:bivars@umh.es)



INSTITUT INTERUNIVERSITARI  
LÓPEZ PIÑERO - SEU UMH



# Azucar no, gracias

## Objetivos

**Introducir** en cómo cada participante puede abordar el problema (o parte) desde un punto de vista o conocimiento diferente al resto.

2

3

**Motivar**, mediante el debate, la búsqueda de problemas/ideas y cómo alcanzar las soluciones más eficientes.

**Introducir** en los diferentes procesos o necesidades de un proyecto de investigación y comprender su razón de estar.

1

4

**Conocer** cómo sería un producto final. Lo que se espera que haga el equipo.

5

**Saber aplicar** lo aprendido hasta ahora.



# Azucar no, gracias

## Temporización

Presentación del  
ejemplo y debate

45 min.

# Azúcar no, gracias

## Azúcar no, gracias

Los ejemplos tienen como finalidad mostrar y explicar al alumnado participante lo que se espera que realice a lo largo del programa:

1. Introducir, a grandes rasgos, en los diferentes procesos o necesidades de un proyecto de investigación y comprender su razón de estar.
2. Introducir en cómo cada participante puede abordar el problema (o parte) desde un punto de vista o conocimiento diferente al resto.
3. Motivar, mediante el debate, la búsqueda de problemas/ideas y cómo alcanzar las soluciones más eficientes.
4. Conocer cómo sería un producto final. Lo que se espera que haga el grupo.

# Azúcar no, gracias

## INTRODUCCIÓN (contexto del problema)

El azúcar es un ingrediente muy presente en la dieta. La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda a los adultos con un índice de masa corporal normal consumir un máximo de 25 gramos al día (5% de la ingesta calórica diaria).

Si nos excedemos, estamos aumentando la probabilidad de padecer patologías como diabetes, obesidad, caries, enfermedades cardíacas, mala nutrición, aumento de triglicéridos, etc.

**HIPÓTESIS (reto)**  
Es posible reducir el consumo de azúcar en mi centro

## PROBLEMA

Almuerzos poco saludables y desconocimiento de los efectos del azúcar refinado y edulcorantes en nuestra salud.

## OBJETIVOS (qué nos proponemos)

1. Concienciar al alumnado sobre los peligros de la ingesta de azúcar.
2. Reducir el consumo de azúcar.

## MÉTODO Y MATERIALES (cómo vamos a lograr los objetivos)

1. Documentarse sobre los tipos de azúcar, origen y efectos en la salud.
2. Seleccionar alimentos habituales del almuerzo del alumnado (fruta, bollería casera e industrial, bocadillos, etc.)
3. Analizar los tipos de azúcares presentes y la cantidad (etiquetado)
4. Organizar los alimentos por tipo de azúcar y cantidad
5. Elaborar una guía de consejos para reducir el consumo de azúcar.
6. Diseñar plan para reducir el consumo de azúcar en el alumnado de los centros.



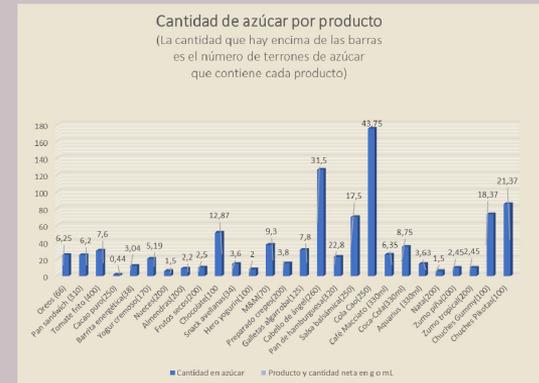
## RESULTADOS (los hallazgos, propuestas de intervención...)

Gráficos comparativos de los datos.

Guía de consejos.

Plan para reducir el consumo de azúcar en el alumnado de los centros: Un 15% menos ¿puedes?

## CONCLUSIONES Y DISCUSIÓN (lo que significan estos hallazgos)



# Azúcar no, gracias

## DIVULGACIÓN

1. Reto: Un 15% menos ¿puedes?  
Organizar charlas informativas para explicar el reto en nuestros centros (web informativa, QR, posters y vídeos)
2. Realizar podcast sobre curiosidades como, por ejemplo, por qué en la arqueología se puede datar un cráneo antiguo sólo mirando la dentadura.



Trabajo e imágenes de:  
Alumnado y profesora de  
Anatomía Aplicada 20/21. I.E.S.  
Padre Poveda. Guadix,  
Granada, España.

## PRESUPUESTO

Material fungible para la ejecución del proyecto y la acción divulgativa.

## INNOVACIÓN

- Para divulgar los resultados, se apuesta por un formato que implique al P. O. y le motive: el reto.
- Serie de podcasts (de humor y divulgación): podcasts breves a modo de entrevista a los miembros del equipo de investigación. La entrevista seguirá una línea de preguntas cuyas respuestas den a conocer curiosidades y mitos del proyecto en tono humorístico.



## VALOR AÑADIDO

- Plurilingüismo: materiales en Castellano – Valenciano – Inglés.
- Impulso de conductas optimistas y resilientes. Se fomenta la toma de conciencia del problema mediante la participación activa en el reto.





**Salvando mi territorio con la UMH. Programa de enriquecimiento intelectual © 2025 by IILP-UMH is licensed under CC BY-NC-ND 4.0. To view a copy of this license, visit <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>**

**Para citar esta obra, por favor, utilice la siguiente referencia:**

**Apellidos y Nombre de la/s persona/s que firma/n este documento (2025). Título del documento. *Programa de enriquecimiento intelectual Salvando mi territorio..* Universidad Miguel Hernández de Elche. Disponible en <https://salvandomiterritorio.umh.es/>**



**INSTITUT INTERUNIVERSITARI  
LÓPEZ PIÑERO - SEU UMH**



**UNIVERSITAS**  
*Miguel Hernández*  
Vicerrectorado de Estudiantes  
y Coordinación

*Ejemplos de proyectos de investigación I*  
*Azúcar no, gracias*  
*Gracias*

Begoña Ivars Nicolás  
[bivars@umh.es](mailto:bivars@umh.es)



INSTITUT INTERUNIVERSITARI  
LÓPEZ PIÑERO - SEU UMH



**UNIVERSITAT**  
*Miguel Hernández*  
Vicerrectorado de Estudiantes  
y Coordinación