

INSTRUCCIONES/RECOMENDACIONES DIRIGIDAS AL PROFESORADO

El taller/bloque **Divulgación científica** se compone de 1 parte/sesión. En la Guía *Salvando mi territorio* se explica en detalle el contenido y se incluyen recomendaciones para trabajarlo en el aula.

Esta sesión se acompaña de 2 presentaciones:

1) **Presentación-guía Divulgación científica dirigida al profesorado** con las instrucciones y recomendaciones necesarias para impartir la sesión en el aula. Las presentaciones incluyen contenido audiovisual, actividades de debate y otras dinámicas o retos para trabajar el contenido expuesto. Se facilita una temporización para organizar la sesión, pero el profesorado deberá ajustar el tiempo de cada actividad o el material audiovisual según su criterio: conforme se avance en el aula, dependiendo de las necesidades del alumnado o si prefiere reiterar unos contenidos sobre otros. También, hay diapositivas con personajes a modo de hilo conductor y sugiriendo la tarea final de cada sesión.

2) **Presentación dirigida al alumnado** para facilitarle las ideas clave de cada parte. El contenido de esta presentación se extrae de la presentación-guía del profesorado.

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

Taller de Divulgación científica

Alicia de Lara González
a.lara@umh.es



INSTITUT INTERUNIVERSITARI
LÓPEZ PIÑERO - SEU UMH



Divulgación científica

Objetivos

Aprender nociones básicas sobre comunicación científica

Saber responder a la pregunta qué es divulgar y por qué es importante hacerlo

2

3

Dominar técnicas para trasladar conocimiento de forma asequible

4

Conocer herramientas y pautas para diseñar posters divulgativos

5

Saber aplicar estos conocimientos a la divulgación científica.

1



Divulgación científica

Sumario

1. ¿Qué es divulgar y por qué es importante hacerlo?

- 1.1. Tipos de comunicación de la ciencia.
- 1.2. Beneficios de la divulgación científica.
- 1.3. Divulgadores y divulgadoras.
- 1.4. Características de una comunicación eficaz y atractiva.

2. ¿Cómo hacer un póster divulgativo?

- 2.1. Elaboración de guion o borrador con el contenido básico.
- 2.2. Herramientas para diseño de posters divulgativos: Canva.
- 2.3. Direcciones formales: colores, espacio y tipografías,
- 2.4. Uso de imágenes y gráficos.
- 2.5. Análisis de ejemplos.

3. Salvando mi territorio

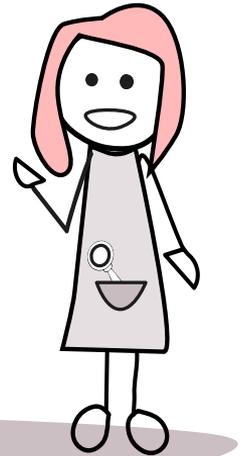
- 3.1 Diseña y desarrolla tu póster divulgativo.

Divulgación científica

La divulgación científica

- 1.1. ¿Qué es divulgar y por qué es importante hacerlo?
- 1.2. ¿Cómo hacer un póster divulgativo?
- 1.3. Salvando mi territorio

En este taller nos adentraremos en la divulgación científica, y aprenderemos técnicas y herramientas para contar nuestra investigación a la sociedad de manera llana y comprensible.



Divulgación científica

Temporización

Romper el hielo,
Objetivos y
contenido

Salvando mi
territorio

5 min.

25 min.

20 min

Divulgación científica

Divulgación científica

1.1. Ciencia y tecnología

La siguiente diapositiva plantea una serie de preguntas para despertar la reflexión y el debate en el aula y que sirva de introducción a los contenidos que se van a abordar a continuación. Se recomienda dejar entre 5-10 minutos para conocer mejor los conocimientos previos del alumnado y su forma de interactuar y participar.

Divulgación científica

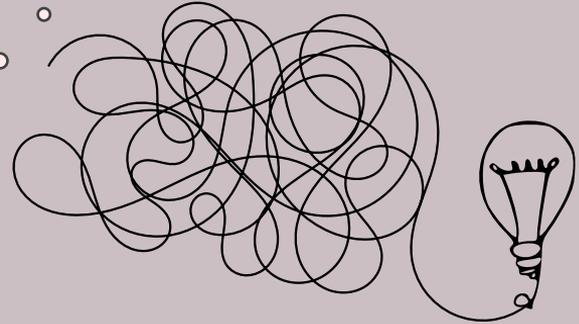
Te has preguntado alguna vez...

1 ¿Qué es la divulgación científica?

2 ¿Quién divulga la ciencia?

3 ¿Y a quién se divulga?

4 ¿Por qué es importante divulgar la ciencia?



Divulgación científica

1. ¿Qué es divulgar y por qué es importante hacerlo?

Tipos de comunicación de la ciencia

Existen diferencias entre comunicar la ciencia en entornos expertos y cuando se comunica al público general. En este segundo caso, es cuando hablamos de divulgación, que implica comprensión por parte de la sociedad.

Divulgación científica

1. ¿Qué es divulgar y por qué es importante hacerlo?

Beneficios de la divulgación científica

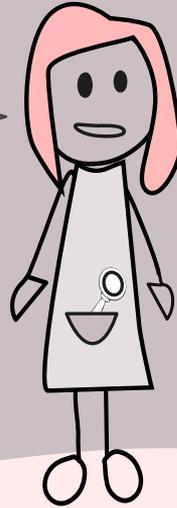
Muchas de las cosas que nos rodean están relacionadas con la ciencia. La ciencia nos ayuda a tomar mejores decisiones informadas.



Divulgación científica

1. ¿Qué es divulgar y por qué es importante hacerlo?

¿Conoces a estas
personas?



Divulgación científica

1. ¿Qué es divulgar y por qué es importante hacerlo?



Big Van Ciencia /
investigadores y divulgadores



Alba Moreno / divulgadora de física

Divulgación científica

1. ¿Qué es divulgar y por qué es importante hacerlo?



Félix Rodríguez de la Fuente
/ naturalista y divulgador



Pictoline / medio de
comunicación mejicano

Divulgación científica

1.1. Ciencia y tecnología

La siguiente diapositiva plantea una serie de preguntas para despertar la reflexión y el debate en el aula.

Se recomienda dejar entre 5-10 minutos para conocer mejor los conocimientos previos.

Divulgación científica

1. ¿Qué es divulgar y por qué es importante hacerlo?



Divulgación científica

1. ¿Qué es divulgar y por qué es importante hacerlo?

Divulgadores y divulgadoras

Félix Rodríguez de la Fuente: naturalista y divulgador ambientalista español, defensor de la naturaleza y realizador de documentales para radio y televisión, entre los que destaca la serie El hombre y la Tierra.

Alba Moreno: estudiante y apasionada de la física. Desde hace dos años divulga en redes sociales sobre física con el objetivo de acercar esta materia a la sociedad. Difunde sus vídeos en TikTok, Instagram y YouTube.

Divulgación científica

1. ¿Qué es divulgar y por qué es importante hacerlo?

Divulgadores y divulgadoras

Pictoline: medio de **noticias** mexicano. Está dirigido por ilustradores que se aproximan al periodismo desde una perspectiva de diseño (en el sentido más amplio), con información optimizada para las **redes sociales**.

Big Van Ciencia: grupo de personas dedicadas a la **ciencia y la investigación** con el objetivo de transformar la comunicación científica en actividades atractivas para todo tipo de públicos. A través de las artes realizan educación, divulgación y comunicación de la ciencia.

Divulgación científica

1. ¿Qué es divulgar y por qué es importante hacerlo?



¡Y, por supuesto,
vosotros y vosotras
también sois
divulgadoras y
divulgadores
científicos!



Divulgación científica

1. ¿Qué es divulgar y por qué es importante hacerlo?

Características de una comunicación eficaz y atractiva

Los ejemplos que hemos visto comparten una forma de comunicar la ciencia que cuenta con estas **5 características** propias de un lenguaje divulgativo.

Correcto



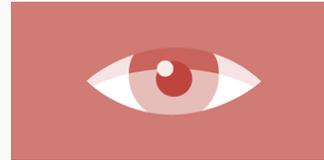
Preciso



Conciso



Claro



Atractivo



Divulgación científica

2. ¿Cómo hacer un póster divulgativo?

Elaboración de guión o borrador con el contenido básico: selección de información esencial

Folio en blanco: extrae las ideas fundamentales de lo que quieres contar: **primero todas y, luego, ya descartamos las que no quepan.**

Divulgación científica

2. ¿Cómo hacer un póster divulgativo?

Elaboración de guión o borrador con el contenido básico: selección de información esencial

Extrae las **5 ideas fundamentales** de este vídeo.

Enlace: <http://www.youtube.com/watch?v=IXR4ro9Q9zU>



Divulgación científica

2. ¿Cómo hacer un póster divulgativo?

Elaboración de guión o borrador con el contenido básico: selección y orden de la información.

Propuesta de guiones:

- ¿Quién fue Maryam Mirzajani?
- ¿Por qué es relevante su trabajo en el campo de las matemáticas? ¿Qué la hace especial?
- ¿Cuáles son sus enfoques rompedores? ¿Qué plantea?
- ¿Cómo se aplica su investigación en la actualidad?
- ¿Cuál ha sido su legado? ¿Cuáles fueron sus mensajes inspiradores?

Divulgación científica

2. ¿Cómo hacer un póster divulgativo?

Elaboración de guión o borrador con el contenido básico: selección y orden de la información.

- Maryam Mirzajani fue la primera mujer en recibir la Medalla Fields, máximo galardón matemático que se entrega a jóvenes que han hecho grandes contribuciones en este campo. Murió muy joven.
- Veía las matemáticas como un rompecabezas y era una auténtica apasionada. Su manera de afrontar los desafíos matemáticos era muy novedosa.
- Enfrenta problemas sin solución hasta el momento relacionados con el billar y trayectorias circulares. Plantea un cambio de enfoque centrando el movimiento de la mesa alrededor de la bola, en lugar del movimiento de la bola en la mesa.
- Sus resultados se pueden aplicar a la física teórica, teoría cuántica, criptografía...
- Es un referente para las mujeres científicas y tiene una cita destacada.

Divulgación científica

2. ¿Cómo hacer un póster divulgativo?

Herramientas para diseño de posters divulgativos.

Por ejemplo...



Divulgación científica

2. ¿Cómo hacer un póster divulgativo?

Aspectos estéticos: colores, espacio y tipografías

Evitar fondos complejos. NO degradados o con motivos, recargan y dificultan la lectura.

Selecciona **colores en armonía** entre sí.
Selecciona aquellos tonos que encajan con la temática de tu póster.

Da **significado al color**. Busca asociaciones de los colores.

La combinación de rojo con azul impacta en la retina

Este texto es muy deslumbrante (charro)

El texto en *Itálicas* es más difícil de leer que el texto recto

No use azul sobre negro, se mira fuera de foco

Fuera de Foco

No use rojo y verde juntos

Contraste

Divulgación científica

2. ¿Cómo hacer un póster divulgativo?

Aspectos estéticos: colores, espacio y tipografías

Selecciona **color de texto apropiado** y que se pueda leer correctamente. Esto dependerá también del color de fondo.

Puedes **jugar con las negritas**, pero no abusar del subrayado.

CAMBIEMOS ESTE GRISECITO
POR OTRO **COLOR MÁS VISTOSO**

- ESTO SE LEE MUY MAL
- ...Y ESTO TAMBIÉN
- PERO ESTO ESTÁ GENIAL
- Y ESTE ME PARECE QUE TAMBIÉN...

Divulgación científica

2. ¿Cómo hacer un póster divulgativo?

Aspectos estéticos: colores, espacio y tipografías

La adecuada disposición de las piezas de texto y los gráficos e imágenes es determinante en la efectividad del póster.

Además de **guardar un equilibrio**, deben disponerse siguiendo puntos de referencia estratégicos. Para ello es necesario tener en cuenta cuánto ocupa el conjunto del papel y en cuántas partes lo vamos a dividir.

9) Confirmar la inexistencia de investigaciones sobre deserción escolar en el liceo Industrial

8) Diagnosticar las causas, antecedentes y orígenes del problema (familiares, sociales, culturales, personales, económicas)

7) Comunicar los programas institucionales que se han diseñado para enfrentar la deserción escolar

6) Identificar la metodología cuantitativa y sus técnicas (encuestas con variables, categorías e indicadores)

10) Experiencia personal en prácticas .

**PLANTEAMIENTO
DEL
PROBLEMA**

5) Concreción de los agentes educacionales intervinientes (alumnos de NM1 que han desertado y su historia de vida)

1) Introducción al objeto de estudio (definición de deserción escolar)

2) Conceptualización de cultura escolar (definiciones) y cultura institucional

3) Justificación de la investigación (contribución al aportar causas que inciden en el problema de la deserción escolar y la organización y gestión del centro Educativo)

4) Ubicación del contexto social, cultural y local del liceo Industrial San Fernando

Planteamiento del problema.

Divulgación científica

2. ¿Cómo hacer un póster divulgativo?

Aspectos estéticos: colores, espacio y tipografías

En cuanto a la elección de la tipografía, se recomienda huir de las fuentes que no sean legibles y evitar combinar demasiados tipos diferentes.

Fuentes recomendadas

Arial

Verdana

Times New Roman

Courier New

Calibri

Fuentes no recomendadas

Impact

Lobster

snow

Playball

Fascinate

Divulgación científica

2. ¿Cómo hacer un póster divulgativo?

Uso de imágenes y gráficos

UNA IMAGEN VALE MÁS QUE MIL PALABRAS

Los Angeles is the most polluted US city in 2007

- According to the American Lung Association Report
- Data reveal a split picture along either side of the Mississippi River, as particle pollution (soot)—the most dangerous pollutant—increased in the East but decreased in the West.
- Ozone (smog) decreased nationwide from peaks reported in 2002.

Divulgación científica

2. ¿Cómo hacer un póster divulgativo?

Uso de imágenes y gráficos



Divulgación científica

2. ¿Cómo hacer un póster divulgativo?

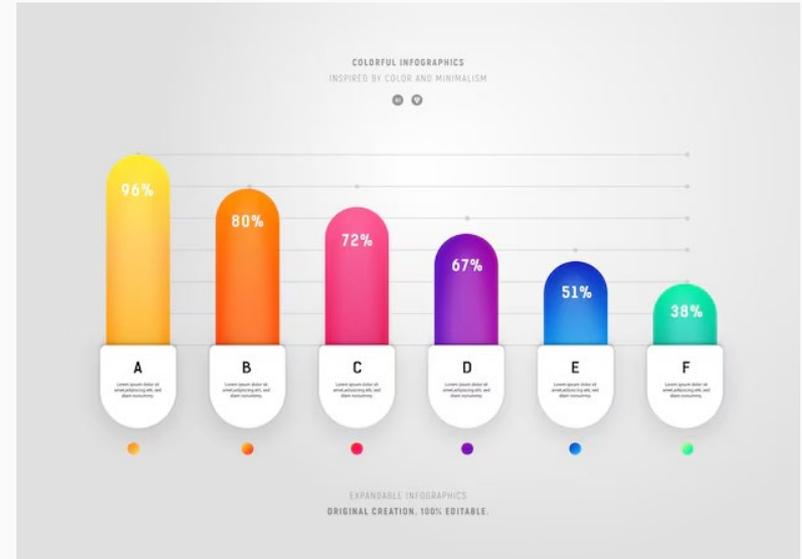
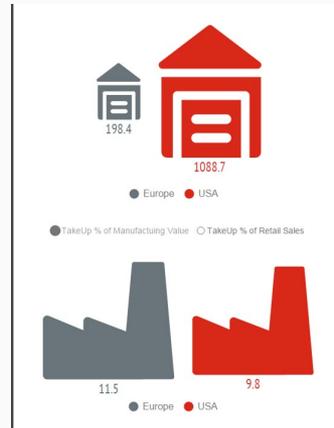
Uso de imágenes y gráficos

Datawrapper: <https://www.datawrapper.de/>

Infogr.am: <https://infogr.am/>

Excel

Otros...



Divulgación científica

2. ¿Cómo hacer un póster divulgativo?

Uso de imágenes y gráficos

Estos recursos deben tener la **calidad** adecuada y usarse para dar **sentido y relevancia** a los datos o la información.

Indicar la autoría es vital, así como **la licencia** de los recurso que se usen.

Google: usage rights

Flickr: <https://www.flickr.com/groups/flickrkrenespaol/>

Pixabay: <https://pixabay.com/es/>

Otros...



Divulgación científica

2. ¿Cómo hacer un póster divulgativo? Análisis de ejemplos



Divulgación científica

Análisis de ejemplos

Ejemplo bloque II

Estructura de dos posturas diferenciadas.
Cuidado con el texto, diferentes estilos.
Público objetivo.
Logo y encabezado.

COMUNICACIÓN ORAL Y ESCRITA

Comunicación oral
Tiene un intercambio en el cual se transmite un mensaje entre dos o más personas usando para ello el lenguaje natural como código y la voz como portador.

Comunicación escrita
Es cualquier tipo de interacción que haga uso del código escrito. Aunque se basa en el mismo sistema lingüístico de la oralidad, sus propiedades son distintas.

Ventajas	Desventajas	Ventajas	Desventajas
<ul style="list-style-type: none"> Nivel de comprensión y transparencia altos. Retransmisión rápida y espontánea. No existe la rigidez. Efectiva en resolución de problemas repetitivos. Ahorra tiempo, dinero y esfuerzos. Covera bienestar y agrado, y fomenta el trabajo en equipo y el intercambio de información. 	<ul style="list-style-type: none"> Difíciles de mantener en el tiempo por su fugacidad. No se recomiendan en cuestiones complejas y legales. Pueden aparecer malentendidos durante la comunicación. Es menos detallada que otros tipos de comunicación. 	<ul style="list-style-type: none"> Medio permanente de información. Queda como un registro para mantener registros. Es así como herramienta de control. Alto nivel de preservación, seguro y perdurable. Tiene mayor nivel reflexivo. Ahorra posibilidad de distorsión e interpretación. 	<ul style="list-style-type: none"> Costos relacionados con el material y mano de obra. Registros de habilidad para la comprensión efectiva. Dificultad para expresar emocionalidad. Falta de flexibilidad.

Semejanzas

- Tienen un emisor y receptor.
- Transmiten un mensaje.
- Se hacen en una lengua específica.
- Pueden ser interpretados por el receptor.
- Pueden expresar ideas abstractas.

Diferencias

Oral	Escrita
<ul style="list-style-type: none"> Se establece por la palabra hablada. Se hace en el diálogo. El mensaje desaparece al emitir. Se utiliza el lenguaje gestual. Es espontánea. Unidireccional o multidireccional. 	<ul style="list-style-type: none"> Se establece por la escritura. Se hace en el texto. El mensaje permanece al emitir. Se utiliza la gramática y figuras retóricas. Es reflexiva. Unidireccional.

Jesús Antonio Francisco Ramírez

LA SEGURIDAD SERÁ TU MEJOR COSECHA

EMPRESARIO
Tienes la obligación de proteger eficazmente a los trabajadores frente a los riesgos laborales.

TRABAJADOR
Tienes la obligación de velar por tu propia seguridad y la de terceras personas.

INFORMACIÓN
Suministra información sobre los riesgos y los medidas de protección y promoción aplicables.

FORMACIÓN
Proporciona formación, basada en el puesto de trabajo y las tareas a desempeñar.

CONSULTA Y PARTICIPACIÓN
Consulta a los trabajadores y promueve su participación.

EQUIPOS DE TRABAJO
Facilita los equipos de trabajo adecuados, orgánicos de su tamaño y adecuadamente armados. Los trabajos de reparación se realizarán por trabajadores capacitados.

MEDIOS DE PROTECCIÓN
Proporciona medios de protección colectiva y a medida personal para el control de los riesgos. En caso necesario, suministra los equipos de protección individual adecuados.

VIGILANCIA DE LA SALUD
Garantiza la vigilancia de la salud de los trabajadores según los riesgos inherentes al trabajo.

MEASURAS DE EMERGENCIA
Informa sobre los medios de emergencia, especialmente en materia de primeros auxilios, lucha contra incendios y evacuación.

RIESGO GRAYE E INMEDIANTE
Muestra medidas y de instrucciones para poder interrumpir la actividad y abandonar el lugar de trabajo en caso de riesgo grave e inminente.

UTILIZA correctamente los medios y equipos de protección facilitados.

Beneficiario de la vigilancia de la salud, permite prevenir el daño y mejorar las condiciones del trabajo.

Colabora con los medios de emergencia según sus funciones. Si detecta alguna situación de emergencia, informa inmediatamente.

Atende una situación de peligro grave e inminente, previene e interrumpe su actividad y abandona el lugar de trabajo.

NIPD (en papel): 875 03 005 - NIPD (en línea): 875 03 003 - República Logot: 01 400 0000

Ministerio

Divulgación científica

Análisis de ejemplos

Ejemplo bloque III

Estructura por preguntas.

Dos posturas diferenciadas.

Menos texto, gráfico...

Básico, pero eficaz.

Encabezado y pie.

ENFERMEDADES TRANSMITIDAS POR VECTORES EN ACTIVIDADES LABORALES

PREVENCIÓN DE LA PICADURA DE MOSQUITO

Información para trabajadores/as

LOS MOSQUITOS

A través de sus picaduras pueden transmitir enfermedades como el dengue, la malaria o el virus del Nilo Occidental.

Son más abundantes en las estaciones cálidas, y su actividad suele ser mayor al amanecer y al anochecer.

¿EN QUÉ TRABAJOS EXISTE RIESGO?

Actividades que se desarrollan al aire libre, sobre todo en zonas de agua estancada como humedales o lagunas.

- Agricultura, ganadería y caza.
- Silvicultura y otras actividades forestales.
- Actividades en jardines botánicos, zoológicos y reservas naturales.
- Actividades recreativas y de entretenimiento.
- Otras actividades en contacto estrecho con la naturaleza.

¿QUÉ PUEDO HACER PARA PREVENIR Y PROTEGERME DE ESTE RIESGO?

- Usa ropa holgada con manga larga, así como calzado cerrado.
- Usa los repelentes que te proporcione la empresa, siguiendo las instrucciones.
- En la medida de lo posible, evita las zonas infestadas y las horas de mayor actividad de los mosquitos.
- Evita usar perfumes con olores intensos.
- Evita que se acumule agua en el interior de objetos.

Ministerio

Infografías de Salud Laboral

ACCIDENTES CARDIOVASCULARES (ACV) EN EL SECTOR AGRARIO

Datos 2017-2022

¿Cuál es la situación?

Los accidentes de trabajo por infartos y derrames cerebrales son un **30% más frecuentes** en la actividad agraria. **Silvicultura triplica la incidencia media.**

Los ACV son la primera causa de muerte laboral en este sector. La **mitad** resultan **mortales**, el doble que en el resto de actividades.

Índices de incidencia de ACV

Silvicultura	15,0
Sector agrario	6,4
Total actividades	5,0

Mortalidad por ACV

Sector agrario	53%
Total actividades	28%

Indice de incidencia (II) = accidentes laborales por ACV por cada 100.000 personas trabajadoras con la contingencia cubierta*

¿Cuál es el perfil de estos accidentes?

- Hombre, 54 años, Español, Peón agrícola
- Entorno rural, Lejanía a centros sanitarios, Trabajo en solitario
- Tareas a la intemperie, Sobrecarga física, Riesgos psicosociales

¿Qué podemos hacer?

Más vale prevenir...

- Mantén hábitos de vida saludables.
- +INFO en **NTP 1191: Salud cardiovascular: recomendaciones para su gestión en el ámbito laboral.**

Cada segundo, cuenta...

- **Avisa** a los servicios médicos a los primeros síntomas.
- Sensibiliza y forma en detección precoz y pautas de actuación.

112

NÚMERO (EN LÍNEA): 119-24-029-5

Ministerio

Divulgación científica

Análisis de ejemplos

Ejemplo bloque IV

Anuncio informativo, no explica.

alicante
espacio seguro para las mujeres

cero
agresiones
de fiesta y punto

Si necesitas ayuda escanéame

Financiado con cargo a los créditos recibidos del Ministerio de Igualdad. Secretaría de Estado de Igualdad y contra la Violencia de Género

Logroño

igualdad
diversidad

Plan de Igualdad

CURSO
MONITOR DE OCIO
Y TIEMPO LIBRE

EXTENSIVO. FINES DE SEMANA LOGROÑO
HOMOLOGADO A NIVEL NACIONAL
(150 horas teóricas y 150 horas prácticas)

DEL 19 DE OCTUBRE AL 14 DE DICIEMBRE DE 2019

HORARIO: 09:00 a 14:00 horas y 15:30 a 18:30 horas

ESCUELA ALARCA

C/ Cigüeña 9, bajo. 26004. Logroño. La Rioja | Tel: 941 254 173 | 692 099 261
www.alarca.es | info@alarca.es

IMPORTE

Alarca
Escuela de Educación en Tiempo Libre

CERTIFICA

Irj juventud

BOLSA DE TRABAJO

imáginate

IB-1035-2019

Divulgación científica

Análisis de ejemplos

Ejemplo bloque V

Se trata de un póster académico. No es divulgativo.

TITLE OF POSTER HERE USE BLANCH CONDENSED OR HELVETICA (IF UNAVAILABLE, USE SANS-SERIF)
FACULTY PABLO I, FACULTY PABLO 2 & FACULTY PABLO 3 | DEPARTAMENT UNIVERSITAT

01. INTRODUCTION OR ABSTRACT | **02. MATERIALS & METHODS RESULTS... RESULTS HERE...**

03. OBJECTIVES | **04. CONCLUSIONS**

SOURCES HERE

RESULTS HERE

CONCLUSIONS HERE

REFERENCES | **SOURCES** | **SOURCES HERE**

Free power point <https://www.behance.net/>

Madrid, Comité Olímpico Español | #ARTICULANDO24
6, 7 y 8 de marzo 2024
Juntos por un deporte saludable
CONGRESO ARTICULANDO EL DEPORTE

LESIÓN MIOTENDINOSA DE PISOAS MAYOR EN JUGADOR DE BALONCESTO

Autores: E. GONZALEZ URBINA 1, J. L. DE ACHA ESTEVE 1, I. MARTIN ANDRES 1, M. RUIZ CALVO 1, A. PLAZA MERCHAN 1.
Medicina física y Rehabilitación, Fundación Jiménez Díaz, Madrid 1

INTRODUCCION

Diagnosticar el dolor inguinal en deportistas puede ser complejo. La anamnesis y exploración nos orientan en un primer momento, aunque la ecografía y/o resonancia magnética nos darán un diagnóstico más preciso.

El mecanismo de lesión suele ser por traumatismo indirecto, mediante una extensión forzada o contracción excesiva/repentina, produciendo una ruptura por distracción [1].

De las lesiones agudas de ingle, el 17-25% ocurren en el iliopsoas, ocasionando desde una distensión muscular hasta un desgarro completo [1].

Suele ocurrir en deportes de carrera, especialmente con cambios de dirección, siendo más habitual en corredores, bailarines y atletas que realicen ejercicios pliométricos como en baloncesto. Típicamente involucra la inserción tendinosa del psoas en el trocánter menor, mientras que la inserción del ilíaco suele conservarse [2].



PROTOCOLO DE REHABILITACION PRECOZ

El tratamiento incluyó medidas estándar de protección, reposo, hielo y elevación en el momento agudo, con adecuadas medidas analgésicas, ajustes nutricionales y suplementos de antiinflamatorios naturales.

Realizó tres semanas de fisioterapia (trabajo pasivo y activo de musculatura y coxart) con un EVA SF10 en ninguno de los casos.

Las primeras 48-72 horas comenzó con estraimientos de tensión pasiva y activa.

Complementó con ejercicios de neurodinamia y técnicas de electroterapia de baja frecuencia (diatermia, ultrasonidos y microondas) para favorecer vascularización y cicatrización.

Progresó el trabajo de fuerza en distintas fases:

1. isométricos en amplitud interna y media.
2. isométricos concéntricos en amplitud interna y media.
3. isométricos de amplitud externa y total.
4. isométricos concéntricos en amplitud externa y total.
5. isométricos excéntricos en distintas amplitudes y velocidades.

Culminando con una semana de ejercicios funcionales específicos de baloncesto (saltos, aterrizajes, técnica de carrera, velocidad y cambios de dirección) para optimizar su vuelta al campo.

Finalmente, tras un mes de baja deportiva, pudo reincorporarse a su actividad habitual con buena evolución, permaneciendo asintomático y sin recaídas a los seis meses de la lesión.

OBSERVACION CLINICA

Varón de 18 años, jugador de baloncesto federado. No antecedentes de lesiones ni lesiones previas. Tendencias a intervención plástica.

Valorado por dolor y sensación de "pinchazo" en cadera izquierda tras realizar "entrada en canchales" durante práctica deportiva.

A la exploración presentaba dolor inguinal profundo que se exacerbaba con flexión de cadera resistida y estraimientos en abducción.

Resonancia magnética: Lesión de la unión miotendinosa del psoas izquierdo (figuras 1-2).

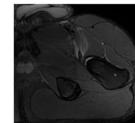


Figura 1

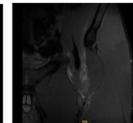


Figura 2

CONCLUSION

La lesión del iliopsoas, aunque infrecuente, puede ser causa de dolor inguinal y limitación funcional en nuestros deportistas.

Su correcta orientación diagnóstico-terapéutica, así como el inicio precoz de una rehabilitación individualizada, serán indispensables para una adecuada recuperación. Así como la toma de decisiones compartida y una comunicación abierta entre los miembros del equipo interdisciplinar.

PALABRAS CLAVE: ILIOPSOAS; MIOTENDINOSO; BALONCESTO

1. Serner A, et al. Characteristics of acute groin injuries in the hip flexor muscles - a detailed MRI study in athletes. Scand J Med Sci Sports. 2018 Feb;28(2):677-685.
2. Bui K-L, Hodges T, Reick M, et al. Iliopsoas injury in MRI study of patients and prevalence correlated with clinical findings. Skeletal Radiol. 2017; 46:249-256 (2008).
3. Weir A, et al. Doha agreement meeting on terminology and definitions in groin pain in athletes. Br J Sports Med. 2015 Jun;49(7):768-74.
4. Liphart, Liran DPM, MSc, PT, et al. Iliopsoas the Hidden Muscle: Anatomy, Diagnosis, and Treatment. Current Sports Medicine Reports 19(6) p.235-243, June 2020.

Organizan: OaFi, SECA, SEMDOR
Con el aval científico de: SECA, SEMDOR

Congreso articulando el deporte

Divulgación científica

3. Salvando mi territorio... Crea tu póster divulgativo

Las siguientes diapositivas proponen la tarea de realiza el poster de divulgación científica para dar a conocer al público en general, sus iguales en este caso, los resultados de su investigación.

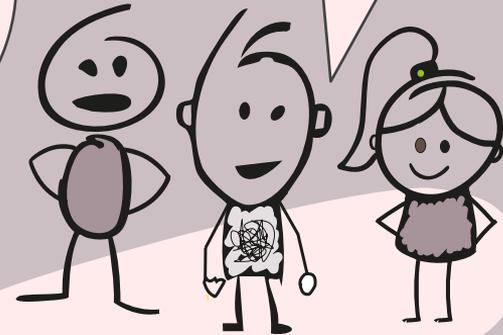
Divulgación científica

3. Salvando mi territorio... Crea tu póster divulgativo

Elegó el momento de aplicar todos estos conocimientos y consejos para crear vuestro propio póster.



Pensad en el canal, lugar, plataforma en la que se difundirá el póster..., y adaptad tanto el contenido como el diseño a vuestro público.



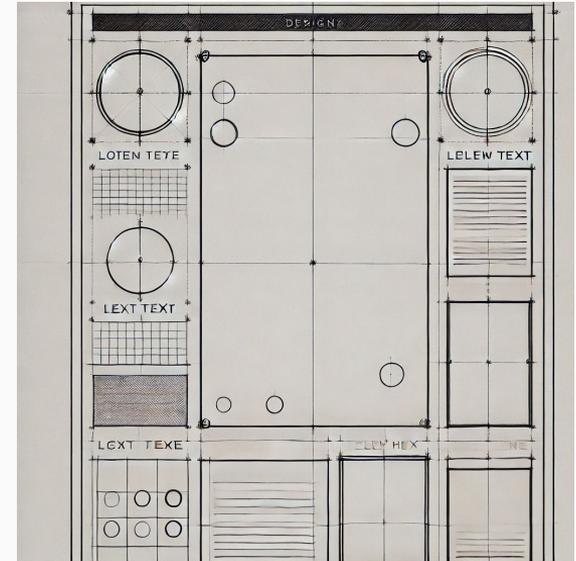
Vamos con nuestro boceto. Necesitamos...
-Din A-3
-Lápiz y borrador

Divulgación científica

3. Salvando mi territorio... Crea tu póster divulgativo

Ideas clave

- Divulgar es trasladar conocimiento de **forma asequible y atractiva**.
- Para hacerte entender, necesitas **pensar en tu oyente/lector**.
- **Escribe correcto, preciso, claro y atractivo**.
- Piensa y **organiza** el contenido antes de pasar el diseño.
- Elabora un guion con las **ideas principales**.
- Escoge una herramienta intuitiva para el diseño.
- Ten en cuenta los **aspectos estéticos**: espacio, color, tipografías, relación espacio y texto, etc.
- Busca ejemplos para **coger ideas**.



Divulgación científica

Bibliografía

FECYT. 2022. *Percepción Social de la Ciencia y la Tecnología en España 2022*.

<https://www.fecyt.es/es/publicacion/percepcion-social-de-la-ciencia-y-la-tecnologia-en-espana-2022>

Hernando, M. C. (2006). Objetivos y funciones de la divulgación científica. *Manual formativo de ACTA*, (40), 99-106. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.acta.es/medios/articulos/comunicacion_e_informacion/040099.pdf

González, A. D. L., & Martínez, Á. G. (2021). *Ciencia y Periodismo: Una es de Marte y otra es de Venus*. Universidad Miguel Hernández. <https://editorial.umh.es/2021/03/05/ciencia-y-periodismo-una-es-de-marte-y-otra-es-de-venus/>



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

Taller de Divulgación Científica

Gracias

Alicia de Lara González
a.lara@umh.es



INSTITUT INTERUNIVERSITARI
LÓPEZ PIÑERO - SEU UMH

