

Innovando en Comunidad: Proyecto Integral para la Prevención y Control de la Hipertensión Arterial

Ciencias de la Salud | Medicina | Aprendizaje Basado en Proyectos

Descripción

Este plan de clase busca que los estudiantes de Medicina diseñen una intervención clínico-comunitaria integral para la prevención, diagnóstico temprano y control de la Hipertensión Arterial (HTA) en poblaciones vulnerables, considerando los determinantes sociales que influyen en esta condición. A través de un enfoque práctico basado en el Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP), los estudiantes identificarán factores de riesgo, aplicarán herramientas de tamizaje y formularán estrategias educativas que fomenten estilos de vida saludables en la comunidad.

La relevancia del tema radica en la alta prevalencia de la HTA y su impacto en la morbilidad y mortalidad cardiovascular, especialmente en contextos con desigualdades sociales. El proyecto conecta directamente con la realidad cotidiana de los estudiantes, quienes podrán aplicar conocimientos para mejorar la salud comunitaria desde el primer nivel de atención, fortaleciendo sus competencias clínicas y sociales.

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar los factores de riesgo modificables y no modificables de la HTA en poblaciones vulnerables.
- Aplicar herramientas de tamizaje temprano y diagnóstico comunitario de la HTA.
- Formular estrategias educativas y de participación activa para fomentar estilos de vida saludables en la comunidad.
- Diseñar una intervención clínico-comunitaria integral orientada a la reducción de factores de riesgo cardiovascular y manejo oportuno de la HTA.

Recursos Necesarios

- Material impreso con fichas de factores de riesgo y determinantes sociales (1 por grupo).
- Guía práctica para uso de tensiómetros digitales (1 por grupo).
- Tensiómetros digitales y estetoscopios (1 kit por grupo de 4 estudiantes).
- Computadoras o tablets con acceso a internet para investigación y diseño del proyecto (1 por grupo).
- Pizarras o rotafolios con marcadores para exposiciones grupales.
- Proyector y computadora para presentación inicial.
- Formulario de registro de tamizaje comunitario (impreso, 1 por estudiante).
- Plantillas para diseñar estrategias educativas (impresas, 1 por grupo).

Requisitos Previos

- Conocimientos previos sobre fisiopatología y diagnóstico de la Hipertensión Arterial.
- Comprensión básica de los determinantes sociales de la salud.
- Habilidades básicas en toma de signos vitales y uso de tensiómetro.
- Experiencia previa en trabajo colaborativo y análisis crítico.

Actividades

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión: Presentar el problema de la HTA en comunidades vulnerables, contextualizar la importancia del abordaje integral y preparar a los estudiantes para el trabajo colaborativo en el proyecto.

Activación de conocimientos previos

Docente: Inicia mostrando un breve video (3 min) con datos reales sobre prevalencia y consecuencias de la HTA en comunidades vulnerables. Luego plantea la pregunta detonadora: "*¿Qué factores creen que influyen en el desarrollo y control de la hipertensión en estas comunidades?*"

Estudiantes: Reflexionan y comparten en plenaria sus ideas iniciales (5 minutos). El docente anota en la pizarra las respuestas, enfatizando factores modificables, no modificables y determinantes sociales.

Motivación y enganche

Docente: Presenta una breve historia clínica real (anónima) de un paciente con HTA mal controlada vinculada a factores sociales y económicos, invitando a los estudiantes a imaginar cómo podrían intervenir para mejorar su situación.

Estudiantes: Se involucran emocionalmente y plantean posibles enfoques de intervención.

Contextualización

Docente: Explica cómo el manejo de la HTA desde el primer nivel de atención y con enfoque comunitario es clave para reducir complicaciones y mejorar la calidad de vida, conectando con el rol del médico en su futura práctica profesional.

Estudiantes: Reconocen la relevancia del tema para su formación y futura labor clínica y social.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 40 minutos

Presentación del contenido: La docente introduce brevemente (5 min) las herramientas de tamizaje comunitario y los factores de riesgo, invitando a los estudiantes a aplicar estos conceptos en un proyecto realista.

Actividad 1: Identificación colaborativa de factores de riesgo

- **Objetivo:** Identificar factores de riesgo modificables y no modificables de la HTA en poblaciones vulnerables.
- **Instrucciones:** En grupos de 4, revisen las fichas impresas con casos y determinantes sociales. Discuten y clasifican los factores de riesgo que identifican.
- **Organización:** Grupos de 4 estudiantes.
- **Producto:** Lista clasificada de factores de riesgo para su caso asignado.
- **Tiempo:** 10 minutos.
- **Rol docente:** Circula entre grupos, formula preguntas guía como: "¿Cómo afecta el entorno social este factor?", "¿Cuáles podrían modificarse con intervención comunitaria?"

Actividad 2: Simulación práctica de tamizaje y diagnóstico temprano

- **Objetivo:** Aplicar herramientas de tamizaje temprano y diagnóstico comunitario.
- **Instrucciones:** Cada grupo usa tensiómetros digitales para simular la toma de presión arterial en diferentes "pacientes" del grupo. Registran resultados en el formulario.
- **Organización:** Grupos de 4 estudiantes.
- **Producto:** Registro de tamizaje con resultados y observaciones.
- **Tiempo:** 15 minutos.
- **Rol docente:** Supervisa técnica correcta, corrige procedimientos y responde dudas.

Actividad 3: Diseño de estrategias educativas y de participación comunitaria

- **Objetivo:** Formular estrategias educativas y de participación activa para fomentar estilos de vida saludables.
- **Instrucciones:** Los grupos diseñan una propuesta breve para una intervención educativa comunitaria que incluya mensajes, actividades y medios para involucrar a la población.
- **Organización:** Grupos de 4 estudiantes.
- **Producto:** Plan estratégico impreso o en rotafolio para presentación.
- **Tiempo:** 15 minutos.
- **Rol docente:** Facilita discusión, orienta sobre viabilidad y pertinencia cultural, fomenta creatividad.

Diferenciación

Para estudiantes que terminan antes: Se les invita a investigar brevemente (en internet o material impreso) ejemplos reales de intervenciones comunitarias exitosas y compartirlas con su grupo.

Para estudiantes que necesitan apoyo: Se asigna un tutor dentro del grupo que les guía con preguntas específicas y ofrece ejemplos más claros, además de apoyo visual para comprender conceptos.

Transiciones

El docente conecta cada actividad resaltando cómo la identificación de riesgos fundamenta el tamizaje, y cómo ambos sustentan el diseño de estrategias educativas, enfatizando la coherencia del proyecto integral.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos

Síntesis

Docente: Propone un "ticket de salida" donde cada estudiante escribe en una tarjeta tres aprendizajes clave sobre la prevención, diagnóstico temprano y control de HTA, y una pregunta que aún tenga.

Estudiantes: Completar el ticket y entregarlo al docente.

Reflexión metacognitiva

Docente plantea las siguientes preguntas para reflexión breve en plenaria:

- ¿Cómo contribuye el enfoque comunitario a mejorar el control de la HTA?
- ¿Qué factores sociales identificados pueden ser más difíciles de modificar y por qué?
- ¿Qué estrategias consideran más efectivas para fomentar estilos de vida saludables en la comunidad?

Retroalimentación

Docente: Realiza retroalimentación inmediata resaltando fortalezas en el trabajo grupal, corrigiendo conceptos erróneos y sugiriendo cómo mejorar las propuestas para intervención real.

Transferencia

Docente: Vincula el proyecto con futuras prácticas clínicas y comunitarias, invitando a los estudiantes a considerar la importancia del trabajo interdisciplinario y la continuidad en el cuidado de pacientes hipertensos.

Tarea o reto

Se propone como reto voluntario realizar una breve entrevista a un familiar o conocido para identificar factores de riesgo y posibles barreras sociales, reportando en la próxima clase cómo se podría intervenir desde el primer nivel.

Evaluación

Tipo de evaluación:

- Diagnóstica: Durante la fase de inicio, a través de la activación de conocimientos previos y participación en discusión.

- **Formativa:** Durante la fase de desarrollo, observando la identificación de factores de riesgo, aplicación del tamizaje y diseño de estrategias.
- **Sumativa:** Al cierre, mediante el análisis de los productos elaborados (listas de factores, registros de tamizaje, planes de intervención) y respuestas en reflexión metacognitiva.

Criterios de evaluación:

- Precisión en la identificación de factores de riesgo modificables y no modificables (Objetivo 1).
- Habilidad técnica y correcta aplicación de herramientas de tamizaje (Objetivo 2).
- Creatividad, pertinencia y viabilidad en las estrategias educativas formuladas (Objetivo 3).
- Capacidad para integrar los elementos en un proyecto clínico-comunitario coherente (Objetivo general).

Instrumentos sugeridos:

- Lista de cotejo para observar participación y precisión en actividades prácticas.
- Rúbrica para evaluar la calidad y pertinencia del proyecto final de intervención.
- Autoevaluación y coevaluación para reflexionar sobre el trabajo en equipo y comprensión.
- Observación directa durante las actividades.

Evidencias de aprendizaje:

- Listas clasificadas de factores de riesgo elaboradas por grupos.
- Formularios de tamizaje completados con registros simulados.
- Planes estratégicos de intervención educativa comunitaria.
- Respuestas en la reflexión metacognitiva y tickets de salida.