

Sesiones de actividades microaprendizaje  
ALFABETIZACIÓN SANITARIA

**CITIZENS**  **ACCELERATOR**

# Actividad 1: ¡Encontrar, comprender, utilizar!

## Objetivos:

- Animar a los participantes a buscar de forma autónoma información relacionada con la salud en Internet, calcular la comprensión encontrada, y evaluar la fiabilidad y calidad

## Materiales necesarios:

- ordenadores portátiles/teléfonos móviles
- documentos
- bolígrafos
- descripción de las situaciones
- listas de control

## Duración:

- 30 minutos

## Descripción:

Dividir a los participantes en tres grupos<sup>1</sup>. A cada grupo se le asignará una situación (véase las «situaciones» más abajo) en la que tendrá que encontrar determinada información relacionada con la salud buscando en Internet. Durante la búsqueda los participantes deben seguir la lista de comprobación (véase «lista de comprobación» más abajo) que les ayudará a evaluar la fiabilidad y la calidad de los sitios web y la información que ofrecen.

Para hacer frente a la situación los participantes deberán:

- **Encontrar** información relevante sobre su situación y comprobar si es fiable y se considera de buena calidad.
- **Comprender** la información buscando más explicaciones o aclaraciones, debatiendo la información con otros compañeros del grupo o pidiendo aclaraciones al moderador.
- **Utilizar** la información para solucionar la situación

---

<sup>1</sup> Dependiendo del tamaño del grupo se pueden dividir a los participantes entre más o menos tres grupos.

## Casos

### Caso 1: Dolor de estómago

Has estado en un restaurante mexicano y ahora te duele bastante el estómago por la comida picante que no estás acostumbrado a comer. En vez de acudir al médico, quieres buscar por Internet para encontrar información sobre lo que tienes por casa y que te podría ayudar a reducir el dolor.

1. Buscar información utilizando el teléfono móvil o un ordenador portátil.
2. Cuando encuentras la información que podría resultar de utilidad, comprueba la fiabilidad de la información del sitio web utilizando la lista de verificación.
3. Dentro de tu grupo, comprueba si todos entienden la información que has encontrado. Si necesitas alguna aclaración, busca las definiciones y las explicaciones, o pide ayuda a un moderador.
4. Escribe qué y cómo utilizarías esta información para reducir tu dolor de estómago.

### Caso 2: Ibuprofeno

Tienes un dolor fuerte de espalda y quieres tomar un medicamento que te ayude a reducir el dolor. En casa lo único que has encontrado es Ibuprofeno pero no estás seguro para que se utiliza y si te ayudará a calmar tu dolor.

1. Buscar información sobre el medicamento utilizando el teléfono móvil o un ordenador portátil.
2. Cuando encuentras la información que podría resultar de utilidad, comprobar la fiabilidad de la información del sitio web utilizando la lista de verificación.
3. Dentro de tu grupo, comprueba si todos entienden la información que has encontrado. Si necesitas alguna aclaración, busca las definiciones y las explicaciones, o pide ayuda a un moderador.
4. Si piensas que el medicamento no es bueno para tu espalda busca en Internet para buscar otro que puedas tomar.
5. Escribe qué medicamento es la mejor opción para esta situación.

### Caso 3: Médico de familia

Te has trasladado a otro país por un trabajo nuevo (por ejemplo Augsburg, Alemania) y quieres encontrar un médico de familia, pero no sabes a quién preguntar para que te ayude. Has pensado buscar un médico por Internet.

1. Buscar información utilizando el teléfono móvil o un ordenador portátil.
2. Cuando encuentras la información que podría resultar de utilidad, comprobar la fiabilidad de la información del sitio web utilizando la lista de verificación.
3. Si quieres saber lo que opinan otras personas sobre este médico, consulta las reseñas de Google.
4. Dentro de tu grupo, comprueba si todos entienden la información que has encontrado. Si necesitas alguna aclaración, busca las definiciones y las explicaciones, o pide ayuda a un moderador.
5. Escribe qué médico de familia elegirías y por qué.



## Listas de control

|                            |  |                          |
|----------------------------|--|--------------------------|
| <b>Autores/Proveedores</b> | Los autores de la información tienen su(s) titulación (es) profesional (es).   | <input type="checkbox"/> |
| <b>Objetivos</b>           | De la información se desprende claramente a quién va dirigida y con qué fines.   | <input type="checkbox"/> |
| <b>Actualización</b>       | Podrá comprobar si la información sanitaria está actualizada desde la fecha de la publicación de la información.               | <input type="checkbox"/> |
| <b>Comprensión</b>         | La información sanitaria es comprensible y clara. Se explican los términos técnicos y se presentan los hechos con naturalidad. | <input type="checkbox"/> |
| <b>Financiación</b>        | La financiación de la información (a través de patrocinadores, clientes, anunciantes, etc.) se hace pública.                   | <input type="checkbox"/> |



# CITIZENS ACCELERATOR

**act:onaid**  
για έναν κόσμο πιο δίκαιο

**vhs**  
Volkshochschule  
im Landkreis Cham e.V.

**AONTAS** The Voice of  
Adult Learning

**dante** USTANOVA ZA  
OBRAZOVANJE ODRASLIH | ADULT  
EDUCATION  
INSTITUTION

 **acefir**  
associació catalana per l'educació, la formació i la recerca



  
**cesie**  
the world is only one creature

Asociatia **EUR** ADULT  
EDUCATION

 **mentortec**

"The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein."

Project number:  
101087526



Attribution – NonCommercial – ShareAlike 4.0 International (CC BY-NC-SA 4.0)

**You are free to:**

Share — copy and redistribute the material in any medium or format  
Adapt — remix, transform, and build upon the material

The licensor cannot revoke these freedoms as long as you follow the license terms.

**Notices:**

You do not have to comply with the license for elements of the material in the public domain or where your use is permitted by an applicable exception or limitation.

No warranties are given. The license may not give you all of the permissions necessary for your intended use. For example, other rights such as publicity, privacy, or moral rights may limit how you use the material.

**Under the following terms:**

- Attribution — You must give appropriate credit, provide a link to the license, and indicate if changes were made. You may do so in any reasonable manner, but not in any way that suggests the licensor endorses you or your use.
- NonCommercial — You may not use the material for commercial purposes.
- ShareAlike — If you remix, transform, or build upon the material, you must distribute your contributions under the same license as the original.

No additional restrictions — You may not apply legal terms or technological measures that legally restrict others from doing anything the license permits.