



Universitat de Lleida

GUÍA DOCENTE
**FUNDAMENTOS TEÓRICOS Y
METODOLÓGICOS DE LOS
CUIDADOS ENFERMEROS**

Coordinación: PALMES SANTAMARIA, SARA

Año académico 2023-24

Información general de la asignatura

Denominación	FUNDAMENTOS TEÓRICOS Y METODOLÓGICOS DE LOS CUIDADOS ENFERMEROS		
Código	100662		
Semestre de impartición	1R Q(SEMESTRE) EVALUACIÓN CONTINUADA		
Carácter	Grado/Máster	Curso	Carácter
	Grado en Enfermería	1	OBLIGATORIA
			Modalidad
			Presencial
Número de créditos de la asignatura (ECTS)	6		
Tipo de actividad, créditos y grupos	Tipo de actividad	PRAULA	TEORIA
	Número de créditos	3	3
	Número de grupos	4	2
Coordinación	PALMES SANTAMARIA, SARA		
Departamento/s	ENFERMERÍA Y FISIOTERAPIA		
Información importante sobre tratamiento de datos	Consulte este enlace para obtener más información.		
Idioma/es de impartición	50% Catalán 50% Castellano		

Profesor/a (es/as)	Dirección electrónica\nprofesor/a (es/as)	Créditos impartidos por el profesorado	Horario de tutoría/lugar
ALCOZ MARISCAL, ALBA		4,5	
PALMES SANTAMARIA, SARA		13,5	

Información complementaria de la asignatura

Esta asignatura sirve de base a todas las materias de denominación Enfermera del Plan de Estudios. Sirve para comprender el origen y la evolución de la profesión enfermera; su marco conceptual; los principales modelos y teorías de cuidados y la metodología básica para llevarlos a término.

Objetivos académicos de la asignatura

1.1 Conocer, comprender, identificar, explicar y relacionar el contexto social, político, económico, cultural y sanitario en el que están inmersos los cuidados de salud y enfermedad, las personas a cargo de los mismos en las diferentes épocas históricas y su influencia en el momento actual.

2. 1. Discutir los conceptos centrales de la disciplina enfermera (Persona y entorno, salud, práctica enfermera) y las teorías que los sustentan.

2.1.1 *Persona y entorno* (comprende: individuo, familias, grupos y comunidad) Conocer y comprender las diversas concepciones de la persona para tener una visión integral a la hora de valorarlo y actuar.

2.1.2. *Salud*. Conocer y analizar las diferentes aportaciones sobre la salud humana para que nos ayude a valorar el proceso salud – enfermedad..

2.1.3. *Práctica enfermera*. Discutir las diferentes funciones y ámbitos de actuación de la enfermera profesional en la actualidad y sus relaciones de colaboración e interdisciplinaridad.

3. Comprender la evolución ontológica y epistemológica de los conceptos centrales que configuran la disciplina enfermera, así como los modelos teóricos más relevantes.

3.1. Analizar los conceptos centrales de los modelos de cuidados de las Escuelas de Pensamiento Enfermero desde Nightingale hasta la actualidad.

3.2 Desarrollar el modelo de cuidados de la Escuela de Necesidades de la Dra Virginia Henderson: Los postulados, los Valores y los Elementos Fundamentales.

4. Crear un modelo de pensamiento lógico y riguroso, denominado “proceso de cuidados”para mejorar el estado de la persona asegurándole unos cuidados de calidad.

4.1. Conocer, Identificar y Diferenciar las etapas que configuran el proceso de cuidados.

4.2. Ejercer la observación y la comunicación para conocer las necesidades de la persona y establecer un plan de cuidados.

Competencias

Competencias transversales

CT1 Adquirir una adecuada comprensión y expresión oral y escrita del catalán y del castellano

CT3 Adquirir capacitación en el uso de las nuevas tecnologías y de las tecnologías de la información y la comunicación.

Competencias básicas

CB3 Capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.

Competencias específicas

CE16. Identificar, integrar y relacionar el concepto de salud y los cuidados, desde una perspectiva histórica, para comprender la evolución del cuidado de enfermería.

CE17. Comprender desde una perspectiva ontológica y epistemológica, la evolución de los conceptos centrales que configuran la disciplina de enfermería, así como los modelos teóricos más relevantes, aplicando la metodología científica en el proceso de cuidar y desarrollando los planes de cuidados correspondientes.

CE18. Aplicar el proceso de enfermería para proporcionar y garantizar el bienestar la calidad y seguridad a las personas atendidas.

CE19. Conocer y aplicar los principios que sustentan los cuidados integrales de enfermería.

CE34. Tener una actitud cooperativa con los diferentes miembros del equipo.

Resultados de aprendizaje. -

Desarrollar el juicio clínico y el pensamiento crítico, en el uso del proceso de atención enfermera con el objetivo de proporcionar unos cuidados enfermeros holísticos y de calidad.

Identificar e interpretar el contexto social, político, económico, cultural y sanitario en que están inmersos los cuidados de enfermería en cada periodo histórico

Distinguir la evolución ontológica y epistemológica de los conceptos centrales que configuran la disciplina enfermera, así como los modelos teóricos más relevantes.

Discutir los conceptos centrales de la disciplina enfermera (Persona, entorno, salud y profesión) y las teorías que los sustentan.

Analizar los conceptos centrales de los modelos de curas de las Escuelas de Pensamiento Enfermero desde Nightingale a Parse.

Identificar y diferenciar las etapas que configuran el proceso de atención de enfermería (PAE).

Utilizar los diferentes métodos de obtención de datos para conocer las necesidades de la persona y establecer un plan de cuidados conjuntamente.

Aplicar de las taxonomías enfermeras (NANDA- II, NOC Y NIC).

Describir la significación de los conceptos persona, salud, entorno y profesión en el desarrollo de los cuidados enfermeros

Desarrollar un trabajo escrito y su posterior presentación oral bajo criterios académicos y científicos.

Reunir información pertinente según contenidos de la materia.

Utilizar las TICs como herramienta de las presentaciones.

Trabajar de forma colaborativa en la planificación y ejecución de las diferentes tareas formativas.

Contenidos fundamentales de la asignatura

Bloque temático I. Bases teóricas de los cuidados y la profesión de enfermería.

Temática 1. El cuidado como una práctica cuidadora a lo largo de la Historia.

Concepto, finalidad y fuente para el estudio de la Historia de la Enfermería. Análisis del término cuidar. Origen de las prácticas cuidadoras. La concepción de la salud y la enfermedad dentro de las formaciones sociales. Los conocimientos sanitarios. El origen de la enfermería como una función. Las instituciones, los movimientos y las personalidades que han contribuido en la enfermería como una profesión y disciplina.

Las características de las personas a cargo de los cuidados; sus valores, actitudes, funciones y ámbitos de intervención en las siguientes épocas históricas: la prehistoria; las culturas antiguas; las culturas clásicas y el cristianismo, la edad media, la edad moderna, la edad contemporánea y la consolidación de la enfermería.

Temática 2. Conceptos centrales de la disciplina enfermera

2-1 Persona y entorno (comprende: individuo, familias, grupos y comunidad)

Origen y evolución de la concepción filosófica-humanística y holística de la persona. Etapas evolutivas del ciclo vital humano. Teorías sobre el desarrollo humano y familiar.

2-2 Salud.

Evolución del concepto de salud y de la atención de enfermería. Definiciones de salud. Modelos de salud. Factores determinantes de la salud humana. Niveles de atención. Equipo de salud.

2-3 La práctica enfermera

Roles / funciones de la enfermería profesional. Campos de actuación. Competencias de la profesión. Relaciones de colaboración familiar, intradisciplinar e interdisciplinar.

Temática 3. Evolución del pensamiento enfermero y de la actividad de tener cuidado.

3.1. Conceptos centrales (cuidados, hombre, salud y enfermería) de los Modelos Enfermeros de: la Escuela de Necesidades, la Escuela de la Interacción, la Escuela de los Efectos Deseados, la Escuela de Promoción de la Salud; la Escuela de el Ser Humano Unitario y de la Escuela del Caring.

3.2. Modelo de cuidados de la Escuela de necesidades de la Dra. Virginia Henderson: Los postulados, los Valores y los Elementos Fundamentales del Modelo de Cuidados de Henderson. Independencia en la satisfacción de las 14 Necesidades Fundamentales del individuo: respirar, comer y beber; eliminar, moverse, dormir y descansar, vestirse y desvestirse, mantener la temperatura corporal; mantener la higiene del cuerpo e integridad piel, evitar los peligros (físicos y psicológicos); comunicarse; vivir de acuerdo a creencias ; sentirse útil; recrearse, y aprender. Definición de cada necesidad. Manifestaciones de la independencia (MI). Terminología. Factores que influyen la satisfacción. Observación de las MI. Intervenciones de enfermería para mantener la independencia. Cuidados básicos a los Problemas de Dependencia en las 14 Necesidades Fundamentales. Problemas de salud. Manifestaciones de la de dependencia (MD). Fuentes de dificultad que son la causa. Terminología. Interacciones entre necesidades. Metodología científica en el proceso de cuidados. Observación-Evaluación. Juicio clínico. Objetivos e Intervenciones (vigilancia y cuidados específicos).

Bloque Temático II. Bases metodológicas de los cuidados enfermeros.

Temática 4. El proceso de cuidados como una herramienta para una atención de enfermería de calidad.

4.1. Etapa de la recogida de los datos.

Diferentes aspectos de la recogida de datos. La entrevista. La observación. La comunicación. La recogida de datos y la relación de ayuda.

4.2. Etapa del análisis y la interpretación de los datos.

Primer nivel: funcionamiento, complejidad y ventajas.

Segundo nivel: diagnóstico en enfermería. Lenguaje estandarizado NANDA-II, ATIC, otros. Historia. Definición. Ventajas. Composición y formulación del diagnóstico enfermero. Tipo de diagnósticos. Establecimiento de prioridades.

4.3. Etapa de planificación de los cuidados

Plan de cuidados. Objetivos: características. Lenguaje estandarizado NOC. Intervenciones: tipos y características. Lenguaje estandarizado NIC. Tipos de planes de cuidados (individualizados y estandarizados).

4.4. Etapa de ejecución

Preparación. Ejecución de los cuidados. Delegación de las tareas. La ejecución de los cuidados y las funciones de enfermería. Documentación de los cuidados. Los informes verbales.

4.5. Etapa de evaluación.

Finalidad de la evaluación. El proceso de evaluación. Evaluación de los objetivos. Evaluación del proceso y de los cuidados.

Ejes metodológicos de la asignatura

Las **clases teóricas** se impartirán de forma presencial.

Los **seminarios** se realizarán en grupos reducidos con la participación activa del alumnado. Las actividades de seminario se trabajarán principalmente a través de casos clínicos, búsqueda bibliográfica, presentaciones virtuales y simulaciones.

El desarrollo de las actividades de seminario requerirá de trabajo autónomo y grupal previo del alumno y presencia obligatoria a las sesiones planificadas.

El apartado de historia de enfermería se desarrollará a partir de un trabajo grupal, con el apoyo de tutorías de seguimiento.

La Universitat de Lleida informa que, con finalidades docentes, se registrarán imágenes que identifiquen a los estudiantes y otras personas que participen en las actividades académicas. El responsable del tratamiento de estas imágenes es la Universitat de Lleida (datos de contacto del representante: Secretaria General. Praça de Víctor Siurana, 1, 25003 Lleida, sg@udl.cat; datos de contacto del delegado de protección de datos: dpd@udl.cat). Estas imágenes sólo se utilizan para impartir docència, evaluar los conocimientos de la asignatura y para proyectos de mejora docente.

El uso de las imágenes responde a la obligación legal de la UdL de impartir y mejorar la docència universitària, de acuerdo con la Ley Orgánica 6/2001, de 21 de diciembre, de universidades. Las imágenes, una vez registradas, se conservan como mínimo mientras no preescriba las correspondientes acciones y reclamacions contra la evaluación aprobada por el profesorado. Se destruyen en los términos y condiciones previstas en la normativa sobre conservación y eliminación de los documentos administrativos de la UdL, y las tablas de evaluación documental aprobadas por la Generalitat de Catalunya ([http:// www.udl.cat/ca/serveis/arxius](http://www.udl.cat/ca/serveis/arxius)).

La UdL no comunicará nunca estos datos a terceros, a no ser en casos estrictamente previstos en la Ley.

Las personas interesadas pueden acceder a sus imágenes; solicitar su rectificación, supresión o portabilidad; oponerse a su tratamiento y solicitar la limitación, mediante escrito tramitado a la dirección dpd@udl.cat. También pueden presentar una reclamación dirigida a la Autoritat Catalana de Protecció de Dades, mediante sede electrónica de la Autoridad (<https://seu.apd.cat>) o por medios no electrónicos.

Plan de desarrollo de la asignatura

ECTS	Actividades presenciales (40%)		Actividades no presenciales: trabajo autónomo (60%)	Total horas dedicación alumno
	Clase teórica (50%)	Seminarios, debates, talleres y conferencias de expertos (50%)		
6	30 h	30 h	90 h	150 h

Las sesiones pueden ser grabadas, por este motivo debemos dejar constancia que:

Informació sobre la transmissió i l'enregistrament de dades personals dels docents i dels estudiants de la Universitat de Lleida arran de la impartició de docència en instal·lacions de la UdL i a distància La Universitat de Lleida informa que, en funció dels canvis a què es vegi obligada d'acord amb les instruccions de les autoritats sanitàries, les disposicions de la UdL o l'assegurament de la qualitat de la docència, pot transmetre, enregistrar i usar la imatge, la veu o, si s'escau, l'entorn físic triat pels docents i pels alumnes, amb l'objectiu d'impartir la docència en instal·lacions de la UdL o a distància. Al seu torn, encoratja les persones afectades perquè, en el cas de la docència a distància, triïn els espais que menys incidència tinguin en la seua intimitat. I, en general, es recomana optar preferentment per les interaccions en el xat o sense activar la càmera, quan no es duiguin a terme activitats docents que per les seues característiques exigeixin una interacció oral o visual.

El responsable de l'enregistrament i l'ús d'aquestes dades personals és la Universitat de Lleida –UdL– (dades de contacte del representant: Secretaria General. Plaça de Víctor Siurana, 1, 25003 Lleida; sg@udl.cat; dades de contacte del delegat de protecció de dades: dpd@udl.cat). Aquestes dades personals s'utilitzaran exclusivament per a les finalitats inherents a la docència de l'assignatura. En particular, l'enregistrament compleix les funcions següents:

- *Oferir la possibilitat d'accedir als continguts en línia i, si s'escau, a mode de formació asíncrona.*
- *Garantir l'accés als continguts als estudiants que, per raons tecnològiques, personals o de salut, entre d'altres, no hi hagin pogut participar.*
- *Constituir un material d'estudi per a la preparació de l'avaluació. Resta absolutament prohibit l'ús de les dades transmeses i dels enregistraments per a altres finalitats, o en àmbits aliens al Campus Virtual, on romandran arxivats, de conformitat amb la política de propietat intel·lectual i industrial de tots els continguts inclosos en webs propietat de la UdL.*

En cas que n'hi hagin, els enregistraments es conservaran durant el temps que decideixi qui imparteix l'assignatura, d'acord amb criteris estrictament acadèmics, i, a tot estirar, s'han d'eliminar al final del curs acadèmic actual, en els termes i condicions previstes en la normativa sobre conservació i eliminació dels documents administratius de la UdL, i les taules d'avaluació documental aprovades per la Generalitat de Catalunya (<http://www.udl.cat/ca/serveis/arxiu/>).

Aquestes dades personals són imprescindibles per impartir la docència en l'assignatura, i la definició dels procediments de docència, en especial la que es fa a distància, és una potestat de la UdL en el marc del seu dret d'autonomia universitària, com preveuen l'article 1.1 i l'article 33.1 de la Llei orgànica 6/2001, de 21 de desembre, d'universitats. Per aquest motiu, la UdL no necessita el consentiment de les persones afectades per transmetre'n o enregistrar-ne la veu, la imatge i, si s'escau, l'entorn físic que hagin triat, amb aquesta exclusiva finalitat, d'impartir

la docència en l'assignatura.

La UdL no cedirà les dades a tercers, llevat dels casos estrictament previstos en la Llei. Les persones afectades poden accedir a les seues dades; sol·licitar-ne la rectificació, supressió o portabilitat; oposar-se al tractament i sol·licitar-ne la limitació, sempre que sigui compatible amb les finalitats de la docència, mitjançant un escrit tramès a l'adreça dpd@udl.cat. També poden presentar una reclamació adreçada a l'Autoritat Catalana de Protecció de Dades, mitjançant la seu electrònica de l'Autoritat (<https://seu.apd.cat>) o per mitjans no electrònics.

Sistema de evaluación

EVALUACIÓN CONTÍNUA

Parte teórica: corresponde al 40 % de la nota final.

Todo el contenido teórico expuesto en las sesiones magistrales será evaluado mediante una única prueba evaluativa. Estos constarán de preguntas cortas, preguntas test de respuesta múltiple y un caso clínico.

La evaluación final debe superarse con 5 puntos mínimos para poderse realizar la nota media junto a la de los seminarios. El estudiante podrá realizar las pruebas escritas tanto en castellano como en catalán.

Seminarios:

Se evaluará individualmente cada seminario siguiendo las rúbricas establecidas para cada una de las actividades, donde se tendrá en cuenta: las evidencias de aprendizaje, las habilidades y las actitudes.

El desarrollo de los seminarios seguirá la siguiente estructura:

ACTIVIDAD	RESULTADO DE APRENDIZAJE	COMPETENCIAS QUE SE EVALUAN	EVALUACIÓN	VALOR
Seminario 1	2, 3, 6, 12, 13, 14, 15	CT1, CT3, CB3, CE16, CE17, CE34	Ejercicio grupal – Proyecto colaborativo de Historia Cuestionario	20%
Seminario 2	2, 4, 5, 10, 12, 13, 14, 15	CT1, CT3, CB3, CE17, CE19, CE34	Ejercicio grupal – Proyecto colaborativo Teorías y Modelos Exposición oral	20%
Seminario 3	1, 7, 8, 9, 11, 15	CB3, CE18, CE19, CE34	Simulación/Estudio de caso Proceso Atención Enfermera Cuestionario	20%
Seminario 4	1,2,3,6,7,9,10	CE16, CE17, CE18, CE19, CE34	Examen final tipo test, pregunta abierta y resolución de un caso.	40%

La participación activa a las clases magistrales y a los seminarios: representa un requisito indispensable.

NOTA IMPORTANTE: Para llevar a término la media de cada una de las partes (parte teórica, seminarios y participación activa) será requisito indispensable tener cada una de ellas aprobadas con una nota mínima de 5 puntos. En el caso de que no se supere alguna de las partes, la asignatura quedará suspendida.

EVALUACIÓN ÚNICA

El estudiante tiene derecho a renunciar a la evaluación continua al inicio del cursos, mediante las correspondientes justificaciones a la Comisión de Estudios del centro, en los términos establecidos.

Esta evaluación alternativa se compondrá de una evaluación única y final consistente en una prueba escrita con preguntas abierta y cerradas; y estudio de caso sobre las temáticas 1, 2,3 y 4; el valor de la cual supondrá un 80 % de la nota final.

La asistencia a los seminarios en número de cuatro sobre el Proceso de Atención de Enfermería, es requisito indispensable.

La participación activa a los mismos supondrá hasta un 20 % de la nota final.

ACTIVIDAD	RESULTADO DE APRENDIZAJE	COMPETENCIAS QUE SE EVALUAN	EVALUACIÓN	VALOR
Seminario 3	1, 7, 8, 9, 11, 15	CB3, CE18, CE19, CE34	Simulación/Estudio de caso Proceso Atención Enfermera Cuestionario	20%
Seminario 4	1,2,3,6,7,9,10	CE16, CE17, CE18, CE19, CE34	Examen final tipo test, pregunta abierta y resolución de un caso.	80%

JUSTIFICACIÓN AUSENCIAS ASIGNATURAS TEÓRICO-PRÁCTICAS

En relación a la justificación de las ausencias, los motivos por los que se considera que la falta es justificada, serán los mismos que los enunciados en la *Normativa de l'Avaluació i la qualificació de la docència en els graus i màsters a la UdL* para no asistir a las pruebas de evaluación programadas en la guía docente o en la web de la titulación.

Para el resto de situaciones derivadas de problemas de salud, personales o familiares, se permitirá al estudiante cambiar de día y recuperar el seminario durante la semana, en el caso de ser posible.

Las solicitudes de justificación de ausencias que conlleven la incomparecencia a una prueba de evaluación deberán ser presentadas el mismo día de la ausencia. La justificación del resto de ausencias deberá de ser presentada como muy tarde en los 10 días siguientes.

De forma general al estudiante únicamente se le justificará la ausencia, más no la falta de cumplimiento de sus compromisos académicos.

Bibliografía y recursos de información

ALFARO LEFEVRE, R. Pensamiento crítico y juicio clínico en enfermería. Un enfoque práctico para un pensamiento centrado en los resultados. Elsevier Masson. 4ª ed. Barcelona, 2008.

ALFARO LEFEVRE, R. Aplicación del proceso enfermero. Fomentar el cuidado de colaboración. Masson, 5ª ed. Barcelona, 2005.

BENAVENTE, MªA; FERRER, E; FRANCISCO C. *Fundamentos de enfermería*. Ediciones DAE. Madrid, 2000.

BERMAN, A; SNYDER J; et al. *Fundamentos de Enfermería. Conceptos, proceso y prácticas*. Vol I y II. Pearson Prentice Hall. Madrid, 2008.

BORDALBA, F. *Antropología del cuidar*. Institut Borja de Bioètica. Fundació Mafre.1998.

CARPENITO, L J. *Manual de Diagnósticos Enfermeros*. Lippincott Williams & Wilkins. 15ª ed. Barcelona, 2017.

COLLIÈRE, MF. *Promover la vida*. McGraw-Hill/Interamericana. Madrid 1993.

COLLIÈRE, MF. *Soigner... le premier art de la vie*. InterÉditions. Paris, 1996.

DOMINGUEZ-ALCON, C. *La enfermería a Catalunya*. Ediciones Rol, Barcelona, 1981.

DOMINGUEZ-ALCON, C. *Evolución del cuidado y profesión enfermera*. Ediciones San Juan de Diox, 2017.

DONAHUE, P. *Historia de la enfermería*, Doyma DL. Barcelona, 1988.

HENDERSON V. *Principios básicos de los cuidados de enfermería*. C.I.E. Ginebra. 1971.

HERNÁNDEZ, F., *Historia de la Enfermería en España: desde la antigüedad hasta nuestros días*. Síntesis, Madrid, 1996.

JOHNSON M; et al. *Interrelaciones NANDA, NOC y NIC: diagnósticos enfermeros, resultados e intervencions*. 2ª ed. Madrid, Elsevier Mosby; 2006.

JUVÉ UDINA, ME. *La terminología ATIC. Eje diagnóstico*. Ediciones Consejo General de Enfermería, 2017.

KÉROUAC, S; et al. *El pensamiento enfermero*, Masson S.A., Barcelona, 1996.

LUNNEY, M. *Razonamiento crítico para alcanzar resultados de salud positivos. Estudio de casos y análisis de enfermería*. Nanda Internacional. Elsevier Masson, Barcelona, 2010.

MARRINER-TOMEY, A; et al. *Modelos y teorías en Enfermería*. 9ª ed. Elsevier, Barcelona, 2018.

BULECHEK GM ; MCCLOSKEY JC. *Clasificación de intervenciones en enfermería (NIC)*. 7ªed. Madrid: Elsevier Science;2019.

MOORHEAD S;JOHNSON M; MASS M; et al. *Clasificación de resultados de enfermería (NOC)*. 6ªed .Barcelona: Elsevier; 2019.

NANDA . *Diagnósticos enfermeros: Definiciones y Clasificación 2021-2023*. Barcelona, Elsevier; 2021.

NAVARRO, O; IBÁÑEZ, V. *Enfermeras invisibles. Inventoras, invencibles, increíbles*. Ed. Plan B, 2021.

PHANEUF, M., *La planificación de los cuidados enfermeros*, Interamericana, McGraw-Hill, Madrid, 1999.

RAILE ALLIGOOD M. *Modelos y teorías en enfermería*. 9ª edición. Ediciones Elsevier, 2018.

RIOPELLE, L., et al. *Cuidados de enfermería, un modelo centrado en las necesidades de la persona*, Interamericana, 1996.

SILES, J., *Historia de la enfermería*, Aguaclara, 1999.

SILES, J. *Pasado, presente y futuro de la enfermería en España: perspectiva histórica y epistemológica*. Consejo de Enfermería de la Comunidad Valenciana, 1996.

La bibliografía específica será recomendada para cada actividad en el apartado de recursos.