

GUIAS DE APOYO

Cómo realizar un buen Trabajo Académico



**Centro Universitario de Enfermería
"San Juan de Dios"
Universidad de Sevilla**

Coordinación

Isabel M^a Calvo Cabrera, Almudena Arroyo Rodríguez

Autores

Francisco José Alemany Lasheras

Manuel Amezcua Martínez

Luis Alfonso Aparcero Bernet

Almudena Arroyo Rodríguez

Isabel María Calvo Cabrera

Inmaculada Lancharro Tavera

Sergio Romeo López Alonso

María Rosario Martínez Jiménez

María Socorro Morillo Martín

Rocío Romero Serrano

Francisco Ventosa Esquinaldo O.H.

Todos los autores Forman parte del cuerpo docente del Centro Universitario de Enfermería "San Juan de Dios", Universidad de Sevilla, y forman parte de la Comisión de Trabajo de Fin de Grado. Este documento se ha realizado con fines de apoyo docente al alumnado del Centro.

SERIE

Guías de Apoyo, 1

Primera edición, 2016

Centro Universitario de Enfermería "San Juan de Dios". Orden Hospitalaria de San Juan de Dios, Provincia Bética.

Avda. San Juan de Dios, s/n, 41930 Bormujos (Sevilla)

Teléfono: 955055132/ Fax: 955055133

Página web: www.cue.sjd.es

Correo: cue.secretaria@sjd.es

ISBN: 978-84-608-5841-6

Esta obra está bajo licencia Creative Commons



Reconocimiento – NoComercial – SinObraDerivada (by-nc-nd)

Sumario

1. Introducción	7
2. Aspectos básicos a tener en cuenta	9
3. Ética en la realización de trabajos académicos y científicos	11
4. Estructura básica de un trabajo académico	14
5. Recursos bibliográficos del Centro	18
6. Referencias bibliográficas. Citación	26
Sistema numérico (Vancouver)	30
Sistema alfabético (Harvard o APA)	31
7. Herramientas para la lectura crítica de los documentos seleccionados	33
8. Recomendaciones para una correcta escritura	36
9. Aspectos de maquetación y formato	43
10. Recomendaciones para hacer la presentación y exposición oral en el aula	47
Cómo hacer la presentación del trabajo	47
Cómo hacer una exposición oral	52
Defensa oral	54
Aspectos que pueden ayudar a relajarse y controlar la situación en una exposición oral	57
Actitud adecuada del alumnado durante la realización y el seguimiento tutorial de los trabajos	61
11. Bibliografía	64

1. INTRODUCCIÓN

El presente documento surge del interés del Centro Universitario de Enfermería “San Juan de Dios” (CUESJD) en guiar y facilitar al alumnado de Grado, concretamente en la realización de los trabajos académicos solicitados en las diferentes materias que conforman el título de Grado en Enfermería.

Desde el inicio de los estudios de Grado en Enfermería, el alumnado debe cumplir con las exigencias que cada asignatura le solicita. Para poder superar de manera satisfactoria estas exigencias, debe contar con unos conocimientos básicos. Conocimientos que incluyen aspectos tan importantes como la correcta redacción, estructura del trabajo, la búsqueda bibliográfica, selección de los documentos adecuados, lectura crítica de los mismos, etc. Todos estos aspectos son incorporados en

este manual con la intención clara de servir de aprovechamiento por parte del alumnado en todos los cursos de su formación Universitaria.

Con la incorporación del Trabajo Fin de Grado en el currículo académico del Grado en Enfermería, se aprecia la importancia del esfuerzo gradual requerido por parte del profesorado hacia el alumnado en la implementación de los trabajos académicos. Requerimientos relacionados con la calidad de contenido, estructura y método, sin olvidar la importancia de la presentación pulcra en relación a la sintaxis. Todo ello, repercutirá en la incorporación progresiva en el alumnado de una actitud competente que se visibilice en la elaboración de un buen trabajo académico.

2. ASPECTOS BÁSICOS A TENER EN CUENTA

De forma general, las diferentes asignaturas del Grado en Enfermería contemplan en su evaluación la realización de trabajos que de manera individual o grupal deben ser realizados para poder superar de forma positiva la asignatura.

El alumnado debe tener adecuado conocimiento de los aspectos que se le requieren para la evaluación de dicho trabajo. Además, debe contemplar en su forma de trabajar actitudes que de manera significativa van a redundar en el resultado del mismo. Como pueden ser:

- ✓ Adquirir conocimiento exacto sobre lo que le solicitan y su finalidad.

- ✓ Constatar con el profesorado la existencia de una herramienta de evaluación (rúbrica).
- ✓ Constancia y control del tiempo en la realización de tareas.
- ✓ Cumplimiento en la entrega de la documentación en las fechas previstas.
- ✓ Cumplimiento con la extensión solicitada.
- ✓ Adquisición de competencias de trabajo en equipo o bien, la competencia de trabajo autónomo, según el caso.

Así mismo, el alumnado debe contemplar la importancia de generar un documento donde la claridad de redacción y la adecuada maquetación sean criterios básicos a conseguir para poder componer un trabajo óptimo.

3. ÉTICA EN LA REALIZACIÓN DE TRABAJOS ACADÉMICOS Y CIENTÍFICOS

Es necesario resaltar que todo trabajo académico y por supuesto todo trabajo científico tiene importantes implicaciones éticas. Algunas de estas implicaciones, además, están reguladas por la ley, entre ellas: la protección de los datos personales, el derecho a la dignidad, la información, el consentimiento informado y la confidencialidad.

Desde el Centro Universitario de Enfermería “San Juan de Dios” se considera que la ética en la generación de documentos académicos y también en la posterior difusión de los mismos debe además de respetar la legalidad vigente, cumplir con ciertos requisitos. Es por ello, que los proyectos vinculados con este Centro deberán ser evaluados y tener el dicta-

men positivo del Comité de Ética del Centro, siempre y cuando en los proyectos se contemple la participación de personas que no sean el propio estudiante o bien el diseño de investigación entrañe posibles riesgos éticos. El alumnado debe cumplimentar una solicitud de informe al Comité de Ética que le facilitará el docente que le guíe en el trabajo. Esta es una consideración de suma relevancia en los Trabajos Fin de Grado, Fin de Máster y de Experto.

Por otro lado, aspectos relevantes como el plagio se presentan como motivos de valoración negativa del documento. Basándonos en los valores que el Centro se esfuerza en transmitir y en los propios de la educación, nos remitimos a la honestidad que como personas debemos adquirir y que finalmente nos aportará orgullo y satisfacción por el trabajo realizado.

Se insta desde el Centro al profesorado para que informe sobre el uso de herramientas de software para detectar el plagio, así como de las acciones pertinentes en caso de descubrirlo, dando así valor a la originalidad de los trabajos.

Por ello, surge la necesidad de explicitar la definición de plagio según la Real Academia Española de la Lengua (RAE).

Plagio: Acción y efecto de plagiar (copiar obras ajenas).

Plagiar: Copiar en lo sustancial obras ajenas, dándolas como propias.

Otra cuestión a contemplar en el proceso de generación y difusión de documentos académicos es la inclusión en la autoría de los mismos de alumnado de forma injustificada, dada la escasa o nula participación en el trabajo. Esta cuestión será observada por el profesorado y se insta al propio alumnado a mantener su honestidad ante el esfuerzo y la búsqueda de resultados (Comité Institucional de Ética de la Escuela Andaluza de Salud Pública, 2014).

4. ESTRUCTURA BÁSICA DE UN TRABAJO ACADÉMICO

La estructura del trabajo será explícitamente especificada por parte del profesorado solicitante, sin embargo, en los casos en los que la estructura sea un aspecto considerado como abierto o a criterio del alumnado, proponemos los siguientes puntos y orden a tener en cuenta:

Portada, donde se incluya título, asignatura, curso y autoría.

Índice.

Resumen (según el caso). Es un texto corto que sintetiza la información facilitada en el trabajo, por tanto, debe ofrecer información relativa a: objetivos, meto-

dología utilizada, resultados principales obtenidos en el trabajo, conclusiones más relevantes.

Introducción. La introducción debe ser del tema a tratar en el documento. A su vez debe contener una serie de apartados que clarifiquen la temática que estamos abordando en nuestro trabajo.

- ✓ **Justificación.** Debe realizarse una justificación de la necesidad de llevar a cabo el trabajo. Igualmente debe quedar recogido el problema abordado y la razón de su elección.

Deben presentarse, en caso necesario, datos epidemiológicos y estudios previos relacionados con el tema, siguiendo un hilo argumental que facilite una panorámica de la situación actual. Aquí ya es posible incluir las primeras referencias bibliográficas.

- ✓ **Antecedentes.** Debe realizarse un análisis crítico de los conocimientos actuales derivados de los estudios previos, así como indicar qué carencias exis-

ten, reconociendo la labor de otras investigaciones y mostrando una continuidad.

- ✓ **Marco teórico o Marco conceptual.** Debe realizarse una breve exposición de las teorías o bien de las definiciones de los conceptos claves, etc., que estén directamente relacionadas con el problema estudiado. Se debe delimitar lo que incluye el trabajo, visualizando las interrelaciones que componen las teorías o los conceptos pertinentes para el documento que se está generando.
- ✓ **Objetivos** (incluir según el caso). Redacta los objetivos de forma clara, en infinitivo y afirmativo.

Metodología (incluir según el caso). Explicación densa de la metodología utilizada para la realización del trabajo.

Resultados y/o discusión (incluir según el caso). Exposición de los resultados más relevantes y la discusión

de los mismos al respecto de la información proporcionada por otros autores.

Conclusiones. Se deben extraer conclusiones respecto a todo el trabajo realizado. Se trata de conclusiones relativas a cada uno de los objetivos propuestos, además de la conclusión de carácter personal donde se resalten las limitaciones encontradas a la hora de realizar el trabajo.

Bibliografía. Utilizar el sistema de referencia bibliográfica aconsejado por el profesorado de la asignatura.

Anexos (si se precisan).

5. RECURSOS BIBLIOGRÁFICOS DEL CENTRO

El alumnado matriculado en el título de Grado de Enfermería en el Centro Universitario “San Juan de Dios”, Centro adscrito a la Universidad de Sevilla, tiene acceso a una amplia variedad de recursos bibliográficos, algunos de ellos de acceso restringido de forma general.

Por supuesto, se insta al alumnado a realizar sus búsquedas bibliográficas a través de otros recursos muy útiles para la disciplina enfermera como es: Cochrane, Cinahl, Pubmed, Medline, etc.

Se recomienda al alumnado la realización de búsquedas bibliográficas en recursos electrónicos que aporten resultados fiables, veraces y rigurosos en la información. Dichos resultados pueden ponerse en duda en buscadores o webs no espe-

cializados. Es una ayuda saber que existen apartados que deben estar incluidos en los artículos científicos, por lo tanto es necesario comprobar que se estos se cumplen (Amezcu, 2015).

Tabla 1. Recursos bibliográficos (Fuente: elaboración propia).

Recursos	Ubicación
Libros en formato papel	-Archivo del Centro, Biblioteca de Centros de la Salud (Universidad de Sevilla, US.)
Revistas en formato papel	-Archivo del Centro, Biblioteca de Centros de la Salud (US.)
Bases de datos	-Catálogo Fama (catálogo de la Biblioteca de la Universidad de Sevilla). http://fama.us.es/ -CUIDEN plus. http://www.indexf.com/new/cuiden/
Buscadores	-Encuentra (DAE): http://encuentra.enfermeria21.com
Libros digitales	-Biblioteca digital DAE. http://www.biblioteca.enfermeria21.com -Catálogo Fama (US)
Plataformas digitales	-Plataforma moodle: http://e-campus.aljarafe.sjd.es/ -Interrelaciones N-N-N (NANDA- NIC-NOC). Acceso desde Catálogo Fama.
YouTube	-Canal del CUESJD https://www.youtube.com/user/CUESJD

- ✓ **Archivo del Centro.** Libros de archivo: Cuenta con un documento actualizado donde figuran los libros en formato papel de los que dispone el Centro. Del mismo modo se cuenta con un documento actualizado donde aparecen las revistas en formato papel. Estos documentos están disponibles en Moodle/Campus/Biblioteca.
- ✓ **Biblioteca de la Universidad de Sevilla.** Se accede a la biblioteca virtual previa obtención de las claves personales. Existe una guía para la obtención de las mismas en Moodle/biblioteca/acceso a **catálogo Fama** de la Universidad de Sevilla.
- ✓ **Ciberindex,** recursos bibliográficos en cuidados de salud (acceso desde la wifi del CUESJD a texto completo):
 - **Cuiden® y Cuiden Plus®,** Base de Datos Bibliográfica de la Fundación Index que incluye producción científica sobre Cuidados de Salud en el espacio científico Iberoamericano, tanto de contenido clínico-asistencial en todas sus espe-

cialidades y de promoción de la salud, como con enfoques metodológicos, históricos, sociales o culturales. Contiene artículos de revistas científicas, libros, monografías y otros documentos, incluso materiales no publicados, cuyos contenidos han sido evaluados previamente por un comité de expertos.

- **CUIDEN Citación**, base de datos de citas con indicadores bibliométricos de impacto y repercusión de las revistas de enfermería en Iberoamérica.
- **Hemetoreca Cantárida**, el fondo más importante de la Enfermería en Iberoamérica, que incluye revistas y fondos documentales a texto completo de interés para los cuidados de salud con un contenido eminentemente científico.
- **Biblioteca Lascasas**, fondo de documentación sobre Cuidados de Salud a texto completo pro-

ducido por la Fundación Index en colaboración con la red de centros que participan en el Proyecto Lascasas.

- **Archivos de la Memoria**, que contiene historias de vida y relatos biográficos con los que se pretende recuperar la memoria histórica en torno a los cuidados y a la Enfermería.
 - **Paraninfo Digital**, fondo de materiales que han sido presentados en reuniones científicas.
 - **Noticiarios**, Noosfera y Oebe (blog de Enfermería Basada en la Evidencia).
- ✓ **Biblioteca digital DAE®**. En la plataforma Moodle/Biblioteca está disponible el enlace directo, así como un documento donde se explica la información a la que tienes acceso. DAE® ofrece tres métodos donde consultar la información:
- Buscador **Encuentra@**: permite el acceso, una selección de obras enciclopédicas y de referen-

cia para el estudio y actualización de enfermería (revistas y publicaciones periódicas especializadas, protocolos y guías de actuación, atlas de anatomía y diccionario de Ciencias de la Salud)

- **Bibliotec@ digital:** Colección de libros y documentación digital pensada y desarrollada para las necesidades enfermeras. Incluye: Colección siglo XXI, Serie Cuidados Avanzados, Serie Cuidados Especializados, Serie Manuales de Enfermería, Obras generalistas, Monográficos y Guías de intervención rápida.
- **Pack de revistas “On line”:** Acceso on line a Metas de Enfermería, Evidence Based Nursing, Educare- 21, Revista Iberoamericana de Enfermería Comunitaria, CiberRevista (Sociedad Española de Enfermería de Urgencias y Emergencias) y Educación e Investigación en Enfermería

(Asociación Latinoamericana de Escuelas de Enfermería).

- ✓ **Plataforma virtual Moodle.** El Centro desarrolla virtualmente su actividad docente a través de la plataforma Moodle. El usuario y contraseña se le facilita al alumnado en el proceso de matriculación y cada curso académico tendrá accesibilidad a aquellas asignaturas en las que esté matriculado.

En Moodle se puede encontrar información general sobre: horarios, calendarios de exámenes, normativa del Centro, guía del estudiante, actividades de reconocimiento académico y noticias de actualidad, entre otras. También permite enviar mensajes a los docentes o a los propios compañeros, así como acceder a las asignaturas.

En cada una de las asignaturas se expone la Guía Docente, información de interés, archivos facilitados por el docente, foros de discusión y tareas.

La plataforma dispone de un apartado denominado **Biblioteca**, en él se pueden encontrar todos los enlaces directos a los recursos electrónicos que está suscrito el Centro.

- ✓ **Canal YouTube.** El CUESJD cuenta con un canal YouTube donde está inserto entre otros vídeos, tutoriales sobre las búsquedas en Pubmed y Cochrane.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

CITACIÓN

En el apartado de Bibliografía es necesario enumerar las referencias bibliográficas consultadas y que han sido citadas en el texto, procurando mencionar solo obras publicadas, importantes y recientes (un repertorio con más de 5-7 años de media podría considerarse obsoleto en función del área de conocimiento).

Es trascendente para el resultado final no utilizar el sistema COPIO-PEGO para generar los documentos, dado que al final no es posible saber lo que es propio y lo que no. Lo adecuado es leer varias veces hasta familiarizarte con el texto que se ha seleccionado y anotar en un archivo aparte las ideas principales con tus propias palabras, identificando la referencia bibliográfica de donde se ha tomado.

Si se decide introducir el texto literal de alguien, se debe señalar entre comillas, identificando siempre el autor. No se deberían incluir párrafos literales mayores de diez líneas sin permiso expreso del titular del copyright, para evitar conflictos por derechos de autor.

Por otro lado, en el área de la salud dominan dos estilos de notación bibliográfica: el numérico según orden de mención en el texto (es el sistema que adoptan las normas de Vancouver) y el sistema alfabético por autor-año (también conocido como Harvard, adoptado por APA). En función del tipo de trabajo y siguiendo la recomendación del tutor, puede adoptarse uno u otro, pero no se deben compaginar ambos en un mismo trabajo.

A continuación se incluyen algunas recomendaciones para una correcta notación bibliográfica:

- ✓ Todas las referencias incluidas en la bibliografía deben de citarse al menos una vez en el texto, mientras que no deben aparecer citados en el texto trabajos que no son referenciados en la bibliografía.

- ✓ Los documentos referenciados por el sistema numérico (Vancouver) deben numerarse en la bibliografía según el orden de aparición en el texto. En el sistema alfabético se ordenan alfabéticamente según el primer autor, no procediendo numerarse las referencias.
- ✓ En el sistema numérico, las secuencias de citas seguidas, deben abreviarse con un guión, siempre que sean correlativas (ej.: 3-5, en lugar de 3,4,5). Muy excepcionalmente se justifica la notación de secuencias de citas, y aún así no deberían superar las tres referencias.
- ✓ En las referencias de la bibliografía deben evitarse las expresiones “et al.”, “y cols.” o “y otros”, salvo que el número de autores exceda de seis y siempre ha de utilizarse a partir del cuarto autor. Estas expresiones deben limitarse a las menciones que se realicen dentro del cuerpo del trabajo.
- ✓ En Vancouver, evitar colocar la cita junto al autor citado, debe hacerse al final de la aportación del mismo.

Ejemplo: González y cols.² (incorrecto) afirman que las cuidadoras tienen una baja percepción de su salud² (correcto).

- ✓ No debe incluirse como bibliografía la dirección de páginas electrónicas de manera aislada ni documentos no publicados, en caso necesario pueden mencionarse entre paréntesis en el lugar del texto donde corresponda.
- ✓ Al incluir la url en una referencia, esta debe enlazar directamente con el documento o artículo referenciado, no siendo suficiente el enlace general de la web de la editora o revista. Debe comprobarse que todas las direcciones web enlazan correctamente.
- ✓ Las abreviaturas de los nombres de las revistas deben realizarse adoptando la abreviatura normalizada. De no conocerse, es preferible utilizar el nombre completo de la revista.

Veamos algunos ejemplos de notación según cada sistema.

Sistema numérico (Vancouver)

Para un artículo de revista:

1. Orkaizagirre Gómara, Aintzane; Amezcua, Manuel; Huércanos Esparza, Isabel; Arroyo Rodríguez, Almudena. El Estudio de casos, un instrumento de aprendizaje en la Relación de Cuidado. *Index de Enfermería* 2014; 23(4):244-249.

En su versión on line añadir:

Disponible en <http://dx.doi.org/10.4321/S1132-12962014000300011> [acceso: 18/05/2015].

Para un libro:

2. Amezcua, Manuel; Campos García, Teresa; Hernández Zambrano, Sandra M.; Rodríguez Gómez, Susana. *GESTAP A la Gestión Clínica por la Investigación Participativa*. Granada: Fundación Index y Consejería de Salud de la Junta de Andalucía, 2014.

Para un capítulo de libro:

3. Amezcua, Manuel. Manejo de Fuentes Bibliográficas y Documentales. En Frías Osuna A (edit). Salud Pública y educación para la salud. Barcelona: Masson, 2000: 179-188.

Para más información al respecto de las normas de Vancouver puede consultarse:

<http://www.fisterra.com/herramientas/recursos/vancouver/>

Sistema alfabético (Harvard o APA)

Para un artículo de revista:

Orkaizagirre Gómara, Aintzane; Amezcua, Manuel; Huércanos Esparza, Isabel; Arroyo Rodríguez, Almudena (2014). El Estudio de casos, un instrumento de aprendizaje en la Relación de Cuidado. *Index de Enfermería*; 23(4):244-249.

En su versión on line añadir:

Disponible en <http://dx.doi.org/10.4321/S1132-12962014000300011> [acceso: 18/05/2015].

Para un libro:

Amezcuca, Manuel; Campos García, Teresa; Hernández Zambrano, Sandra M.; Rodríguez Gómez, Susana (2014). *GESTAP A la Gestión Clínica por la Investigación Participativa*. Granada: Fundación Index y Consejería de Salud de la Junta de Andalucía.

Para un capítulo de libro:

Amezcuca, Manuel (2000). Manejo de Fuentes Bibliográficas y Documentales. En Frías Osuna A (edit). *Salud Pública y educación para la salud*. Barcelona: Masson, Pp.: 179-188.

7. HERRAMIENTAS PARA LA LECTURA CRÍTICA DE LOS DOCUMENTOS SELEC- CIONADOS

La lectura crítica es una técnica que puede aumentar la efectividad de las síntesis de conocimiento que realicemos, así como mejorar la transferencia desde la teoría a la práctica. Existen herramientas para la realización de este tipo de lecturas o comentarios críticos como es la desarrollada por López Alonso (2009), la cual pretende ser un instrumento facilitador para la realización de los comentarios críticos, con el objetivo de facilitar la reflexión sobre lo expuesto en el documento que se lee. Para ello se propone partir de una adecuada selección del artículo y un posterior análisis del contenido incidiendo en cuestiones metodológicas esenciales del proceso de generación del documento.

Para realizar una adecuada lectura crítica de documentos científicos es necesario tener presente lo aprendido en la asignatura de grado Estadística y TIC's, dado que sin nociones básicas de estadística, tipos de estudio, etc., cuesta entender lo que se está leyendo.

A continuación, se proponen unas pautas básicas (pautas de iniciación) a seguir para la realización de la lectura crítica de los documentos encontrados a través de la búsqueda bibliográfica y que pretende servir de ayuda en la realización de un cribaje sobre aspectos considerados importantes para la realización del trabajo (Santillán, 2014):

- a) Revisar de forma general el artículo: Nombres de los autores. Año en que fue escrito. Título del artículo. Identificar las secciones en que está dividido. Ojear las gráficas, figuras, tablas o fotos.
- b) Leer el resumen o abstract. Es importante entenderlo. Identificar el argumento central del artículo.

- c) Realizar una primera lectura rápida. Señalar los conceptos y palabras de difícil comprensión. Posteriormente, reflexionar y tomar nota sobre lo entendido así como de las dudas surgidas.
- d) Buscar en un diccionario especializado las palabras que no entendidas.
- e) Volver a leer el artículo detenidamente:
 - ✓ Tomar nota de la preguntas que van surgiendo (las dudas quizás resulten ser errores del artículo).
 - ✓ Señalar las ideas principales según se avance en la lectura.
 - ✓ Intentar contestar las preguntas guías (CASPE, OSTEB, etc.) durante la lectura.
 - ✓ Reflexionar críticamente sobre lo leído.

8. RECOMENDACIONES PARA UNA CORRECTA ESCRITURA

El principal referente que hay que tener en cuenta para la redacción y elaboración de un trabajo académico son las indicaciones específicas del docente, por lo que animamos a solventar las dudas que al respecto se puedan presentar.

Dicho esto, para seguir en la línea que se introduce al inicio del presente documento, se aconseja al alumnado considerar en relación a la redacción del documento las siguientes cuestiones:

- ✓ Claridad en las ideas y redacción de las mismas, evitando escribir tal y como se habla, usar el plural de cortesía o el impersonal: “nuestro trabajo versa...”; “se ha llevado a cabo un estudio...”.

- ✓ Coherencia interna (secuenciar las ideas relacionándolas entre sí).
- ✓ Cohesión del texto, estructuración de los enunciados.
- ✓ Cada párrafo debe presentar una idea. Esto ayuda a conseguir la coherencia textual a la que se aspira. Si se precisa secuencia cronológica de los párrafos, esta se construirá progresivamente en el trabajo.

No se debe olvidar prestar especial atención a la estructura de las frases, la construcción de los párrafos, el vocabulario adecuado al contexto del Grado en Enfermería.

También hay que cuidar una adecuada inclusión de gráficos, tablas, e imágenes que puedan acompañar y mejorar la comprensión del texto, así como la inclusión de las referencias de las mismas.

Cuando se comienza a escribir un trabajo académico, con frecuencia no encontramos las palabras precisas con las que relacionar ideas o conectar temas a tratar. En este sentido Álvarez y Russotto (1996) ofrecen listados de palabras que pueden

apoyar en ese proceso. No prestar suficiente atención a esto, puede ser fuente de dificultad en la comprensión de lo escrito. Por ello, tenemos interés dar a conocer algunas pautas clave:

1. Comenzar los párrafos aclarando de forma precoz la idea que se precisa plasmar: “En relación a”, “Al respecto de”.
2. Recordar la idea principal cuando se aporte mucha información al respecto, así evitamos que la persona que lee pueda perderse: “Después de las consideraciones anteriores”, “Según se ha citado”, “A manera de resumen final”, “Cabe recordar”.
3. Evitar el “copia-pegar”, parafrasear la información que parezca relevante: “tal como se refiere”, “lo que quiere decir”.
4. Ordenar las ideas según su importancia: “en primer (segundo, tercer) lugar”, “por un lado”, “por otro”, “posteriormente”, “en consecuencia”, “por consiguiente”, “finalmente”.

5. Incorporar nuevas ideas para progresar en el documento: “de igual manera”, “por otra parte”, “también”, “debido a esto”, “dado que”, “ya que”, “sin embargo”, “no obstante”, “aunque”.
6. Exponer ejemplos que puedan mejorar la comprensión de lo expresado: “por ejemplo”, “para aclarar tal cuestión/consideración”, “de igual manera”, “asimismo”.
7. Terminar la exposición del concepto, idea o del documento de forma clara: “como resultado de”, “por todo lo dicho”, “en definitiva”, “por tanto”, “en resumen”, “en conclusión”, “para finalizar”.
8. Expresar la opinión personal (plural de cortesía), siempre que el formato del trabajo lo permita: “según nuestra opinión”, “nosotros sostenemos”, “diferimos de”.

La pulcritud de un texto hace referencia a la composición del mismo, que ha de estar libre de errores ortográficos y tipográficos. Veamos algunas recomendaciones útiles a tener en cuenta para lograr un texto pulcramente construido:

- ✓ Hay que acostumbrarse a escribir textos correctamente compuestos desde un primer momento, ya que si se deja pasar una errata, probablemente seguirá apareciendo en la versión final del documento.
- ✓ Los guionados y epigrafiados automáticos a menudo son fuente de desajustes en el texto, por lo que conviene racionalizar su utilización. Recomendamos aprender a realizarlos de modo manual, de esta forma no se pierde el control del texto.
- ✓ Especial hincapié hay que tener en la notación bibliográfica, por lo que conviene aprender a referenciar la bibliografía adecuadamente, ya que es una fuente importante de errores. Los gestores bibliográficos pueden ayudar, pero también contribuyen a entorpecer el aprendizaje.
- ✓ Antes de enviar el texto, aunque solo sea preliminar, es necesario revisarlo de manera concienzuda. No basta con confiar en el corrector automático del

texto, hay que revisarlo una y otra vez hasta que todo esté correcto.

Así mismo, se debe hacer un uso no sexista del lenguaje, en este sentido se plantean a continuación estrategias que permiten incorporar una forma de lenguaje que se convierta en facilitador de la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres.

Algunos sustantivos tienen la doble función de designar al varón (masculino específico) y de englobar a los dos sexos a la vez (masculino genérico). La palabra hombre se identifica con persona, englobando al género humano y también con varón. Esta doble identificación simbólica entraña en ocasiones confusión, pues el contexto no aclara si se refiere a hombre en sentido genérico o específico. Cuando se refiere a personas, incluyendo a las mujeres, el proceso de identificación, debido a la masculinización del pensamiento, oculta la presencia de ellas. Por ello recomendamos algunos ejemplos que visibilizan a todas las personas (Antón, 2013):

👑 Cómo realizar un buen trabajo académico 👑

- ✓ No confundir el género gramatical con el sexo al que designan las palabras.
- ✓ Nombrarse desde quien se es.
- ✓ Nombrar a las mujeres cuando se hable de lo que han hecho.
- ✓ Usar alternativas, al referirse a los dos sexos o si no se sabe el sexo de las personas de las cuales se habla.
- ✓ Designar correctamente a las personas que desempeñan cargos, profesiones y ocupaciones.

9. ASPECTOS DE MAQUETACIÓN Y FORMATO

En relación a la maquetación del trabajo y el formato, en la línea de lo expuesto anteriormente, es imprescindible seguir las indicaciones del profesorado, si estas existen de forma preliminar, ya que dependerán en gran medida del tipo de trabajo solicitado. En líneas generales, todos los trabajos deben seguir un formato homogéneo.

Desde el Centro se propone seguir las siguientes recomendaciones consensuadas entre el profesorado:

- ✓ Letra tipo Times New Roman o Arial nº 12.
- ✓ Interlineado 1,5.
- ✓ Formato de página justificado (evitar cortar y pegar directamente de internet o de algún documento ya que

se desconfigura este formato, además de incumplir las normas de citación).

- ✓ Numerar las páginas en la parte inferior derecha, para facilitar la lectura de las notas a pie de página.
- ✓ Si se incluyen fotografías, gráficos u otras imágenes, estas deben estar centradas en la página y ubicarse en el lugar acorde al texto. Se debe utilizar un número moderado de las mismas, y su selección estará relacionada con el tema del trabajo. Estas fotografías, gráficos, etc., deben además estar nombradas en el texto y portar un epígrafe con el título de las mismas y la fuente (si es de elaboración propia, ponerlo entre paréntesis). Ej.: Tabla 1, Gráfico 1, Figura 1, Fotografía 1...
- ✓ El apartado de bibliografía debe comenzar en una página nueva.
- ✓ Si existen anexos, cada anexo comenzará en una página nueva. Igual que las fotografías y los gráficos, los

anexos, deben estar nombrados en el texto. Ej.: Anexo 1, 2, etc.

- ✓ Utilizar notas a pie de página para aclarar algún concepto utilizado o contextualizar un hecho nombrado en el texto. Si la normativa utilizada para referenciar la bibliografía es de tipo Vancouver, en estas notas preferiblemente, se deben utilizar letras u otros símbolos como llamadas a pie de página para no confundir con los números de las referencias bibliográficas.
- ✓ Es importante ajustarse al límite de páginas solicitado de forma estricta. Muchas convocatorias de proyectos y revistas científicas lo piden, así es que la capacidad de síntesis debe entrenarse.
- ✓ La revisión ortográfica automatizada debe tenerse en cuenta. Eso sí, esta no exime de revisar el documento con detenimiento dos veces antes de entregarlo definitivamente para evitar un número amplio de erratas. Es una buena práctica recabar la lectura de un segundo lector o revisor ajeno, antes de dar el documento por

definitivo, ya que podemos escribir tal y como pensamos, y no como los demás nos deben leer.

- ✓ Finalmente, un trabajo debe presentarse físicamente adecuadamente encuadernado. Esta encuadernación dependerá del número de páginas solicitadas.

10. RECOMENDACIONES PARA HACER LA PRESENTACIÓN Y EXPOSICIÓN ORAL EN EL AULA

Cómo hacer la presentación del trabajo

Estamos en la sociedad de la imagen. Una buena presentación se convierte en una buena herramienta para una buena defensa de un trabajo. Las herramientas más usadas para realizar las presentaciones de trabajos son *Power point* y *Prezi*, entre otras.

Por tanto, antes de hacer la presentación se debe tener el trabajo muy bien preparado, dado que la presentación NO es el trabajo. Se deben tener muy claras las ideas principales, las secundarias, los ejemplos y las conclusiones. Dándoles a todos ellos el tratamiento que merecen a través de las imágenes.

Como hemos dicho antes, la presentación NO es el trabajo. Por tanto, no es necesario que TODA la información quede recogida en la presentación. Recoger toda o casi toda la información significará, seguro, sobrecarga visual, que provocará dificultad en la comprensión de la exposición.

En primer lugar el número de diapositivas debe ajustarse al tiempo de exposición. Se recomienda una diapositiva por minuto.

En cuanto al formato de las diapositivas lo aconsejable es que sea simple, con colores uniformes y que permita ver con claridad la letra del texto. En general un fondo claro permite ver mejor la letra del texto. No queda bien cambiar de plantillas o de fondos en la misma presentación.

Siguiendo con los colores y fondos en la presentación, es recomendable comprobar cómo queda todo en la presentación. A ser posible comprobar con el mismo ordenador, cañón y pantalla que se va a utilizar en la presentación o defensa del trabajo. A veces los colores, tonos y brillos difieren bastante desde la pantalla de nuestro ordenador hasta la pantalla de la

exposición. Ni que decir tiene las dificultades que presentan las incompatibilidades entre ordenadores o las diferencias en las versiones del mismo programa. Nos podemos encontrar con imágenes que no se ven o colores totalmente distintos a lo que habíamos planificado.

La fuente de letra debe ser adecuada en tamaño y color para facilitar la lectura del oyente, además de ajustarse a la importancia de la idea y diferenciando los títulos de los apartados. Se recomienda fuentes de 44 para el título y de 32 para el contenido, pero se puede adaptar en función del tamaño de la pantalla y de la distancia de los evaluadores. Otros recomiendan, al menos, no utilizar fuentes menores a 24.

El tipo de letra es recomendable que no tenga demasiadas curvas. La razón es simple: la lectura de este tipo de letra requiere de más tiempo. Al igual ocurre con las mayúsculas, que las evitaremos en el texto. De forma general, se identifica la escritura en mayúsculas con los gritos en el lenguaje verbal.

Los criterios que sigamos serán homogéneos en toda la presentación. La distribución del contenido en la diapositiva debe

ser adecuada y no deben estar cargadas de contenido en exceso.

El uso de gráficos, imágenes y tablas debe ser cuidadoso, por ello se aconseja que sean de buena calidad y relacionadas con el contenido del trabajo. Respecto a las tablas y figuras es importante su simplificación. Cuando esté justificada la tabla por comparar con algún dato concreto es bueno que este aparezca en otro color o en negrita, resaltado sobre el resto. En cualquier caso no es aconsejable recargar con muchas tablas y figuras. Solo las más importantes, en función del tiempo del que dispongamos.

La primera diapositiva debe incluir el título y la autoría, y tener diseño atractivo incluyendo alguna imagen significativa.

La última diapositiva puede contener una idea atrayente que resuma el trabajo, una imagen original y es aconsejable agradecer la atención de los oyentes.

En general no es aconsejable abusar de las animaciones ya que pueden distraer la atención del espectador, sobre todo en

presentaciones largas. Se pueden incluir imágenes o escenarios que podríamos llamar “de rescate”, para recaptar la atención del oyente en un momento de la presentación.

El texto debe ir acompañado de imágenes. Las imágenes, aparte de hacer más atractiva la presentación pueden aclarar o sugerir muchos aspectos relativos al contenido. Pero es conveniente que estas sean de buena calidad y comuniquen algo, que no sean solo un adorno. En muchos contextos son bienvenidas las imágenes-broma (caras feas, personas con posturas raras, etc.). Esto puede quedar bien en una exposición para “despertar” a los asistentes. Sin embargo, es necesario tener en cuenta que en un contexto formal, como es la defensa de un trabajo académico no está bien visto.

Las imágenes, por tanto, deben ser representativas y ocupar el suficiente espacio para que no haya mucho vacío. Sin embargo, se debe tener cuidado para que la diapositiva no resulte demasiado sobrecargada a causa de la imagen, por ello, se debe tener en cuenta la relación entre la importancia de la idea con el tamaño de la imagen.

El uso de clips de video o audio tiene que estar muy bien justificado con el contenido. Y en cualquier caso se debe tener en cuenta el tiempo que se puede desaprovechar en su demostración.

Cómo hacer una exposición oral

Si el trabajo es grupal y la exposición de un solo portavoz, se recomienda elegir al estudiante que mejor represente al grupo y defienda el contenido, por su dominio del tema y su fluidez en la presentación del trabajo.

Se recomienda presentar los contenidos con claridad, no solo en la organización que permita entender el discurso, sino también que la voz sea clara, con una entonación adecuada y atrayente para mantener la atención del oyente.

Es muy importante que el tiempo se ajuste a lo previsto, con un final donde se retomen las ideas principales y se concluya la exposición. Para conseguir esta precisión, el ensayo de los

intervalos de tiempo es imprescindible realizarlo con anterioridad y en repetidas ocasiones.

Para demostrar que se manejan los conocimientos expuestos en el trabajo es importante que se distinga lo esencial sobre lo superfluo y manejar todos los conceptos involucrados en el tema, con la correspondiente terminología.

Otra condición recomendable es ajustarse al lenguaje de los asistentes, haciéndose entendible, accesible y adecuado para el grupo.

Para desarrollar la sesión con fluidez, hay que demostrar un dominio del tema, y responder con claridad y precisión a las posibles preguntas.

Otro aspecto a tener en cuenta es si la persona que expone se apoya en el grupo durante toda la exposición, mirando a todos los miembros, si es así, quiere decir que utiliza el refuerzo positivo entre los asistentes.

Y por último, el uso de normas de cortesía y respeto en todo momento, como son la utilización de un lenguaje adecuado

evitando coloquialismos, presentarse al inicio de la sesión, dar las gracias al despedirse, aceptar y respetar sugerencias.

Defensa oral

La defensa oral se utiliza para los trabajos académicos de fin de grado o posgrado (máster). Además de las anteriores recomendaciones es adecuado tener en cuenta las siguientes recomendaciones.

La defensa oral tiene 2 partes igualmente importantes: (1) La presentación y (2) la respuesta a las preguntas, aclaraciones y recepción de comentarios y correcciones realizadas por los miembros del tribunal. Las dos son igualmente importantes. Es más, una mala contestación en la segunda parte puede reducir de forma importante una presentación brillante.

La defensa es eso: una defensa. Debemos tener en cuenta que los evaluadores ya conocen el trabajo y que traen sus preguntas ya preparadas. La presentación y defensa subirá o bajará la calificación.

El hecho de que ya conozcan el trabajo debe hacernos mostrar un trabajo claro, sencillo, con las partes muy bien diferenciadas y con un toque de originalidad en ciertos momentos.

La presencia del alumnado debe ser adecuada al contexto: se trata de un acto formal al que debemos acudir con un aspecto agradable evitando cualquier atuendo o aspecto que pueda distraer o desagradar al evaluador.

La exposición es recomendable comenzarla dirigiéndose al tribunal con algún formalismo. Por ejemplo: “con el permiso del tribunal vamos a comenzar la exposición del trabajo (título del trabajo)”.

Se debe hablar claro, alto, sin apabullarnos. Entonando bien y utilizando los silencios. Da mala impresión la recitación de un texto aprendido de memoria y muy rápido, para que nos quepa más información.

Como contexto formal es necesario utilizar el Vd. o Vds. aunque tengamos relación o amistad con algún miembro del tribunal.

Al hablar se debe dirigir la mirada hacia los miembros del tribunal, puede no ser continua, aunque es interesante compartirla con otros miembros de la sala y con el guión o texto que se lleva, pero de vez en cuando volver a mirar hacia el tribunal.

La exposición debe llevar su cadencia, en la que enlacemos unas ideas con otras. Con un discurso claro y coherente. Es muy recomendable hacer distintos ensayos, exponer ante otras personas o incluso realizar grabaciones y posteriormente visualizarlas. En ella veremos fallos de los que no se es consciente y podemos corregir: miradas al cielo o al infinito, balanceos o movimientos extraños, posturas raras con las manos, entonación no adecuada. Lo normal es que algunos de estos defectos aparezcan si no se tiene costumbre de exponer en público.

Al finalizar, se puede utilizar alguna idea o frase que resuma algún aspecto importante de nuestro trabajo. También se pueden realizar agradecimientos si no son muy extensos. Y por último cerrar con algún formalismo como “y ahora estoy a

disposición del tribunal para cualquier duda o aclaración que precisen”.

Cuando algún miembro del tribunal se dirija al estudiante, este debe mirarle, escucharle, pedirle aclaración si no ha entendido algo de lo que le dice e incluso agradecer los comentarios que nos hagan. Bajo ningún concepto se debe discutir con el tribunal, aunque pensemos que se tiene razón. Y mucho menos culpar al tutor de algún defecto o aspecto del trabajo que se nos haya comentado. Sí se puede dialogar con posterioridad en una tutoría.

Nuestro Centro dispone además de una Normativa específica para la defensa de los TFG que se puede consultar en el campus virtual de la asignatura.

Aspectos que pueden ayudar a relajarse y controlar la situación en una exposición oral

La exposición oral debe hacerse de manera ordenada y coherente, sin prisas, vocalizando adecuadamente y dando la en-

tonación precisa al discurso. Vale la pena considerar la ayuda que supone y la seguridad que proporciona realizar de forma previa ensayos de la situación que tendrá lugar delante del tribunal.

Puede resumirse en "la regla de las tres pes": preparar, practicar y presentar.

Es importante familiarizarse con la sala y los equipos que se usarán en la presentación.

Lo que no se debe hacer durante la presentación:

- ✓ Mover los ojos hacia el techo, suelo o paredes en las pausas.
- ✓ Estar con la cabeza agachada mientras se lee la exposición.
- ✓ Buscar miradas de aprobación.
- ✓ Tratar de mirar a todos rápidamente.

Lo que si se debe hacer durante la presentación:

- ✓ Fijar la vista en alguien antes de comenzar.

- ✓ Sostener la mirada en una persona hasta sentir que se completa una idea.
- ✓ Mantener comunicación visual con toda la audiencia alternativamente. El control visual facilita la comunicación y ayuda a mantener la calma. Un buen control visual ayuda a controlar el nerviosismo, las ideas se organizan, fortalece el clima de comunicación cara a cara, aparecerá un ritmo de expresión más controlado y disminuirá el uso de muletillas.
- ✓ Antes de comenzar la exposición, se ha de intentar relajarse y respirar unos minutos con calma. Esto aportará tranquilidad y seguridad. Es importante transmitir sensación de serenidad y dominio del tema.
- ✓ La modificación del tono de voz contribuye a resaltar algunas palabras o enunciados clave, dándoles mayor énfasis.

- ✓ Los apoyos visuales (esquemas, gráficos, tablas y mapas) sirven para aclarar, explicar o mantener el hilo del discurso. Es importante que el público los vea.

Es necesario el control de la expresión corporal, para esto se debe:

- ✓ Mantener una postura balanceada.
- ✓ Gesticular para combatir el nerviosismo.
- ✓ Gesticular para representar situaciones, ideas, objetos o procesos.
- ✓ Reposar los brazos con naturalidad cada vez que se termine un gesto.

Trucos si se percibe “la boca seca”: Visualizar la siguiente afirmación: “mi boca se llena de saliva, abundante y fluida”, además, se puede beber agua.

Actitud adecuada del alumnado durante la realización y el seguimiento tutorial de los trabajos

A continuación se presentan las actitudes consideradas como positivas y que reforzarán la relación entre el alumnado y el profesorado encargado de tutorizar el trabajo académico:

- a) Tener actitud de aprendizaje y mejora continua: se valora que el alumnado busque continuamente cómo obtener aprendizaje, incluso de los errores, para mejorar su trabajo de forma autónoma.
- b) Ser dialogante y negociador: el alumnado comunica adecuadamente las cuestiones que le preocupan, por ello, establece una relación buscando acuerdos y sabe establecer mecanismos de ganar-ganar.
- c) Poseer capacidad de escucha activa y asertividad: el alumnado sabe estar al tanto de lo que dicen los demás, establece una posición positiva en la posible incorporación de otras ideas, sin prejuicios previos y sabiendo aceptar las opiniones de los demás.

- d) Tener la capacidad de “saber estar”: el alumnado manifiesta un comportamiento (conducta verbal y no verbal) adecuado en todas y cada una de las situaciones en las que se encuentra.
- e) Ser flexible ante los cambios: el alumnado incorpora sin resistencias lo nuevo, identifica claramente cuándo hay que cambiar y lo hace proactivamente.
- f) Recibir bien la crítica y ser autocrítico consigo mismo: el alumnado no reacciona de forma negativa ante una crítica del profesorado o el alumnado a su trabajo, además de identificar las áreas de mejora y los errores de su trabajo.
- g) Trabajar en equipo: respeta los turnos de palabra y las opiniones del resto del alumnado, muestra compañerismo y ayuda mutua. Protege a los más débiles para sumar en el equipo y no restar.

11. BIBLIOGRAFÍA

Álvarez, L; Russotto, R (1996). Como mejorar la redacción del ensayo escolar. *Investigación y postgrado*, 11 (01), 11 – 39. Recuperado de <http://es.slideshare.net/silvanitaap/ensayos-conectivosyrelacionantes-14243129>.

Amezcu, M (2015). La Búsqueda Bibliográfica en diez pasos. *Index de Enfermería*; 24(1-2):14. Recuperado de <http://www.index-f.com/index-enfermeria/v24n1-2/24131.php>.

Amezcu, M (2015). 12 Reglas de Oro del Artículo de Investigación. *Index de Enfermería*; 24(3). Disponible en <http://www.index-f.com/index-enfermeria/v24n3/2431.php>.

Antón, MA (2013). *Manual para el profesorado. No da igual. Uso no sexista del lenguaje. Otro lenguaje para una socie-*

dad de iguales. Universidad Popular de Palencia. Área de Educación. Programa Local Activ@- Consorcio Palencia Social. Recuperado de: http://isonomia.uji.es/redisonomia/wp-content/uploads/2014/03/PDF-No_da_idugal_Uso_no_sexista_lenguaje.pdf.

Comité Institucional de Ética de la EASP (2014). *Informe Institucional de Ética de la EASP. La ética de la investigación y la publicación científica en la Escuela Andaluza de salud Pública 25 recomendaciones*. Escuela Andaluza de Salud Pública. Consejería de Igualdad, salud y políticas Sociales. Recuperado de http://www.easp.es/wp-content/uploads/2013/10/Informe_1_2014.pdf.

González de Dios, J; González-Muñoz, M; Alonso-Arroyo, A; Aleixandre-Benavente, R (2013). Comunicación científica (V). Congresos científicos (4): Claves para confeccionar buenas diapositivas. *Acta Pediatr Esp.*, 71(9), 205-209.

López, SR; de Pedro, J; Marqués, S (2009). Comentario Crítico de un estudio científico para una publicación. *Index de Enfermería*, 18(1): 52-56. Recuperado de <http://scielo.isciii>.

es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S113212962009000100011&lng=es. <http://dx.doi.org/10.4321/S1132-12962009000100011>.

Manterola, C; Pineda, V; Viala, M; Grande, L (2007). ¿Cómo presentar los resultados de una investigación científica? I. La comunicación oral. *Cir Esp.*; 81(1):12-7.

Messía, R (2010). El empleo didáctico de las diapositivas en power point. *Invest. Educ.*; 14 (26):161-171.

Rosler, R (2006). Los siete pecados capitales del Power point. *Rev. Argent Neuroc*; 20:77-99.

Sánchez, J; Gamella, C (2013). Decálogo para la presentación oral y defensa del Trabajo Fin de Grado. *Metas Enferm.*; 16(10):58-61.

Serrano, P (comp.) (2012). *Trabajo de fin de grado en ciencias de la salud*. Madrid: Difusión Avances de la Enfermería.

Santillán, A (2012). Lectura crítica para enfermeras con poco tiempo y/o poca experiencia (mensaje de blog); 13 de Oc-

tubre de 2012. Recuperado de <http://ebevidencia.com/archivos/727>.