



**Universidad
de La Laguna**

Aproximación a la celiacía en una clase de quinto de Primaria.

Trabajo de fin de grado

Grado en Maestro de Educación Primaria

Autor

Julio José González González

Tutora

Pearl Michel

Convocatoria

Julio 2022

RESUMEN.

Este TFG pretende aproximar la celiaquía a una clase de quinto de primaria. La celiaquía es una patología poco conocida que ocasiona muchas veces algún tipo de exclusión inconsciente, existe la necesidad de ofrecer más información al respecto, siendo el colegio un lugar clave para este tipo de iniciativas. Este proyecto presenta una propuesta de innovación para acercar al alumnado a los obstáculos a los que se enfrenta una persona celíaca en su día a día a través de una serie de actividades. A lo largo de estas, se tuvo muy en cuenta el trabajar aspectos como la reflexión, la empatía y la igualdad con el fin de desarrollar estas competencias que consideramos necesarias para promover una correcta convivencia entre todos los integrantes de la comunidad educativa.

PALABRAS CLAVE.

Celiaquía, innovación, exclusión, gluten, colegio.

ABSTRACT.

This TFG aims to bring the coeliac condition closer to a fifth year primary school class. Coeliac disease is a little known pathology that often causes some kind of unconscious exclusion, there is a need to provide more information about it, and the school is a key place for this type of initiative. This project presents an innovative proposal to bring pupils closer to the obstacles faced by people with coeliac condition in their daily lives through a series of activities. Throughout these activities, we took into account aspects such as reflection, empathy and equality in order to develop these skills that we consider necessary to promote proper coexistence among all members of the educational community.

KEY WORDS.

Coeliac disease, exclusion, innovation, gluten, school.

ÍNDICE

JUSTIFICACIÓN DE LA PROPUESTA DE INNOVACIÓN.	3
REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA.	4
METODOLOGÍA.	5
OBJETIVOS DE LA PROPUESTA.	5
CONTEXTUALIZACIÓN.	6
FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR : ACTIVIDADES.	7
Actividad 1. Fase de activación. Conocimientos previos. Test inicial.	7
Actividad 2. Empatizamos en el aula.	9
Actividad 3. ¿Sabemos los logos sin gluten?	11
Actividad 4. Hacemos la lista de la compra para una fiesta, donde tenemos compañeros/as celíacos/as.	13
Actividad 5. Test final.	15
TEMPORALIZACIÓN.	17
RECURSOS Y MATERIALES.	17
RESULTADOS DE LA IMPLEMENTACIÓN DEL TALLER FORMATIVO.	18
PROPUESTAS DE MEJORA.	39
SEGUIMIENTO DE LAS ACTUACIONES.	39
CONCLUSIONES.	39
BIBLIOGRAFÍA.	41
ANEXOS.	42

JUSTIFICACIÓN DE LA PROPUESTA DE INNOVACIÓN.

A lo largo de los años, la celiaquía poco a poco se ha instaurado en nuestras vidas como una enfermedad que no tiene cura, y que a lo largo de los años afecta cada vez a más personas, entre ellos, muchos niños y niñas. En la actualidad, la mayoría de las personas no tienen una idea clara de cómo es vivir con esta enfermedad, empezando por los alimentos que contienen gluten, esto deriva muchas veces en situaciones excluyentes para las personas afectadas. A través de una propuesta de innovación, hemos querido aproximar una clase de quinto de primaria a la celiaquía, un proyecto que no fue sólo teórico ya que uno de los integrantes del aula era Celíaco.

REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA.

A través de nuestro proyecto de innovación, hemos intentado recabar los conocimientos básicos necesarios para poder transmitirle al alumnado una idea general de lo que es la enfermedad celíaca y de las dificultades que le impone a aquel que la sufre.

Las personas que sufren esta enfermedad no solo se ven impactadas por “una patología crónica, que puede afectar a diferentes órganos, dañando primero el intestino, y posteriormente otras partes del cuerpo humano” (M. Masachs, F. Casellas y J. R. Malagelada 2007) sino que también se enfrentan a otras dificultades en su día a día. Para empezar, el no poder consumir gluten afecta a su calidad de vida por la necesidad constante de buscar en productos alternativos los nutrientes de los que le priva la celiaquía. Los alimentos sustitutivos a los que deben dirigirse suelen ser más caros que sus equivalentes con gluten, por lo tanto, en segundo lugar, la persona afectada se ve obligada a invertir más dinero en su alimentación. Según un informe realizado por la Federación de Asociación de Celíacos de España (FACE), en el que se comparan diversos productos con y sin gluten, se puede apreciar claramente que los productos sin gluten son más caros. Esto representa otra dificultad que afecta a las personas en su día a día. Finalmente, según el TFG en enfermería de Raquel Giménez Catalayud (2019), la celiaquía no solo afecta de manera nutricional sino también de manera psicológica. En efecto, aunque el motivo más habitual sea el desconocimiento, es muy común que esta patología genere situaciones de aislamiento, incomprensión y falta de puesta en valor en las personas afectadas. Pese a que la alergia y la intolerancia al gluten son más visibles hoy en día, se sigue sin hablar lo suficiente de ellas teniendo en cuenta la gran

cantidad de personas a las que afecta en nuestro país. En su TFG La celiarquía en España: una responsabilidad social, Arroyo Vaquerizo (2020) hace referencia a un estudio de Schär¹ llevado a cabo en 2020 según el cual “aproximadamente el 1/71 de la población infantil y el 1/357 de la población adulta es celíaca, es decir, el 1,5% de la población española está afectada por la enfermedad”. Si realizamos una breve regla de tres, estamos hablando de que, en 2020, solo en España, se podía estimar que más de trescientos mil personas afectadas se veían afectadas por la celiarquía. Si nos basamos en estos datos, queda patente que son muchos los niños y las niñas que podrían verse potencialmente afectados/as, lo cual convierte la enfermedad celíaca en un tema que necesita ser visibilizado y trabajado en el colegio. Este TFG se presenta como una propuesta innovadora tanto para la actualidad como para el futuro, porque a lo largo de los años es muy probable que la enfermedad siga aumentando en casos. Es por lo tanto necesario que el sistema educativo disponga de información necesaria no sólo para comprender la realidad de las personas afectadas, sino para poder acogerlas como un miembro sin perder de vista la que es su realidad.

METODOLOGÍA.

El modelo de enseñanza seleccionado (investigación guiada) persigue el objetivo de que el alumnado sea el protagonista principal de la construcción de su conocimiento en un entorno colaborativo. Desde un primer momento, el profesorado comunicará al alumnado las pautas generales de trabajo que se van a seguir. Además, se le aportará al alumnado una serie de fuentes digitales fiables (uso de aplicaciones previamente seleccionadas por su contenido). Una vez las indicaciones dadas y el material a utilizar presentado el alumnado deberá trabajar autónomamente (de forma individual o en grupo) guiándose por sus propios conocimientos y habilidades. Contará eso sí, de forma constante, con el apoyo del docente si tuviese cualquier duda.

¹ Unos datos que cabe recibir con cierto cuidado por tratarse Schar de una empresa fabricante de productos sin gluten, pero que coincide aún así con datos que ofrecen otras ?? como es el caso de <https://celiacos.org/enfermedad-Celíaca/que-es-la-enfermedad-Celíaca/> La prevalencia estimada en los europeos y sus descendientes es del 1%, siendo más frecuente en las mujeres con una proporción 2:1.

OBJETIVOS DE LA PROPUESTA.

Los objetivos de esta propuesta serán los siguientes:

1. Dar importancia y visibilidad a la celiaquía en el ámbito escolar.
2. Desarrollar en el alumnado las capacidades de escucha activa y diálogo, poniendo el foco en la empatía hacia aquellos que sufren algún tipo de intolerancia o alergia que modifica sus hábitos diarios.
3. Promover y trabajar la igualdad y la empatía de manera que todos los integrantes de la comunidad escolar se sientan identificados/as y valorados/as y busquen fomentar estos valores en su día a día, dentro y fuera del aula.

CONTEXTUALIZACIÓN.

El centro CEIP Francisco Afonso Carrillo se sitúa en el municipio de San Juan de La Rambla, al Norte de la isla de Tenerife, concretamente en uno de sus barrios de las medianías, San José. El centro cuenta actualmente con 194 alumnos /as. Se trabajó en la clase de quinto de primaria, en donde hay 25 alumnos y alumnas sin ninguna necesidad específica, por tanto no se tuvo que adaptar ninguna actividad. Sin embargo, en la clase hay un niño que sufre esta enfermedad.

FUNDAMENTACIÓN CURRICULAR : ACTIVIDADES.

Las actividades de este proyecto de innovación son las siguientes:

Actividad 1. Fase de activación. Conocimientos previos. Test inicial.

Justificación: Conocer cuál es el conocimiento previo del alumnado respecto al tema de la celiaquía.

Propuesta: Se ha optado por la realización de un ejercicio tipo test (Ver anexo 1) para que el/la docente tome conciencia de los conocimientos previos que tiene el alumnado respecto al tema y pueda ajustar mejor las actividades siguientes. Las preguntas estarán relacionadas con la celiaquía, el tipo de dieta que se le asocia, sus síntomas...(véase Anexo 1).

Cuando todo el mundo haya terminado de contestar, recogeremos la prueba y la guardaremos para que posteriormente la podamos contrastar con los resultados de otro cuestionario idéntico que se entregará al finalizar todo el proyecto. Se podrá así observar si ha habido una mejoría en los conocimientos del tópico que vamos a trabajar a lo largo de estas sesiones.

Código CE:

PCSO05C2

PCSO05C3

Competencias:

Ciencias Sociales y Cívicas (CSC).

Aprender a aprender (AA).

Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor (SIEE).

Criterios:

Criterio 2 Criterio 3

Estándares:

Criterio 2: 8, 14, 15, 16, 17.

Criterio 3: 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17.

Técnicas.

Observación sistemática.

Registro descriptivo.

Tipo de evaluación.

Heteroevaluación.

Agrupamientos.

Individual (TIND)

Sesiones.

1

Recursos

Prueba tipo test

Espacios

Aula.

Observaciones

Guardar los resultados obtenidos para poder contrastar los resultados.

Actividad 2. Empatizamos en el aula.

Justificación: Reflexionar y empatizar con la vida que puede llevar una persona celíaca.

Propuesta: En esta actividad, vamos a empatizar sobre cómo se sienten las personas con celiaquía, las cuales se tienen que enfrentar día a día a las “barreras” que les pone esta condición.

La actividad se realizará en el patio del colegio, donde previamente el/la docente habrá organizado en el patio una zona con obstáculos donde el alumnado con los ojos tapados tendrá que sortearlos.

Al finalizar, nos sentaremos en círculo y haremos una breve reflexión sobre lo vivido durante esta experiencia. Preguntas para la reflexión:

- ¿Cómo te has sentido con los ojos tapados?
- ¿Crees que una persona que sea celíaca puede ir con los ojos tapados sin correr el riesgo de encontrarse con algún obstáculo?
- Si nosotros estamos en una fiesta, y un compañero/a es intolerante al gluten, y no hemos pensado en incluir productos sin gluten, ¿cómo se sentirá esta persona?
- ¿Qué tenemos que hacer cuando queramos hacer algún acto que incluya comida, para evitar esa “discriminación”?

Código CE:

PCSO05C2. PCSO05C3

Competencias:

Ciencias Sociales y Cívicas (CSC). Aprender a aprender (AA). Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor (SIEE).

Criterios:

Criterio 2. Criterio 3

Estándares:

Criterio 2: 8, 14, 15, 16, 17.

Criterio 3: 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17.

Técnicas.

Observación sistemática. Registro descriptivo.

Tipo de evaluación.

Heteroevaluación.

Agrupamientos.

Gran grupo (GGRU)

Sesiones.

1

Recursos

Prueba tipo test

Espacios

Patio.

Observaciones

El/la docente prepara previamente el escenario dónde se realizará la actividad.

Actividad 3. ¿Sabemos los logos sin gluten?

Justificación: Dar a conocer los diferentes logos “sin gluten”.

Propuesta: En esta actividad, haremos uso de un PowerPoint que se proyectará en la pizarra digital. El alumnado tendrá que identificar cuales son los logos sin gluten que hay en el mercado actualmente. Los/las alumnos/as tendrán en sus manos dos banderines, uno con el número 1 y otro con el número 2, al ver las imágenes, se tendrá que elevar el número de la opción correcta. El/la profesor/a podrá hacer preguntas sobre el motivo de la elección a cualquier alumnos/a si lo cree conveniente. La actividad terminará cuando haya finalizado la exposición.

Código CE:

PCSO05C2. PCSO05C

Competencias:

Ciencias Sociales y Cívicas (CSC). Aprender a aprender (AA). Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor (SIEE)

Criterios:

Criterio 2 Criterio 3.

Estándares:

Criterio 2: 8, 14, 15, 16, 17.

Criterio 3: 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17.

Técnicas.

Observación sistemática. Registro descriptivo.

Tipo de evaluación.

Heteroevaluación.

Agrupamientos.

Gran grupo (GGRU)

Sesiones.

1

Recursos

Paletas con números, pizarra digital, PowerPoint.

Espacios

Aula.

Observaciones

El PowerPoint y las paletas es realizado por el/la docente previamente a la actividad.

Actividad 4. Hacemos la lista de la compra para una fiesta en la que habrá compañeros/as celíacos/as.

Justificación: Realizar una lista de la compra “sin gluten”.

Propuesta: Para realizar la actividad habremos instalado previamente en cada una de las tablets de las que dispone la clase la aplicación de Mercadona (ver anexo 2) y habremos configurado un usuario por cada dispositivo para poder acceder a dicha aplicación.

Antes de comenzar la actividad, le explicaremos al alumnado que tendrán que hacer una lista de la compra “sin gluten”. Para ello se seguirán los pasos siguientes:

- Entrar en la aplicación.
- Agregar código postal.
- Ir a productos.
- Seleccionar productos sin gluten.

Se tendrán que buscar dos tipos de productos por cada sección que tendrá la página (por ejemplo, en la sección de chocolates, tendrán que elegir dos productos con chocolate) hasta llegar a un mínimo de 10 productos. En el aula, los/as alumnos/as estarán distribuidos en grupos de 5 personas, por tanto daremos dos tablets por grupo, y tendrán que seguir los pasos explicados anteriormente.

Código CE:

PCSO05C2. PCSO05C

Competencias:

Ciencias Sociales y Cívicas (CSC). Aprender a aprender (AA). Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor (SIEE).

Criterios:

Criterio 2. Criterio 3

Estándares:

Criterio 2: 8, 14, 15, 16, 17.

Criterio 3: 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17.

Técnicas.

Observación sistemática. Registro descriptivo.

Tipo de evaluación.

Heteroevaluación.

Agrupamientos.

Gran grupo (GGRU). Grupos heterogéneos (GHET)

Sesiones.

1

Recursos

Aplicación del Mercadona, tablets.

Espacios

Aula.

Observaciones

Revisaremos la lista de la compra y sacaremos fotos a la tablets para tener los resultados a mano.

Actividad 5. Test final.

Justificación: En esta última actividad, pasaremos de nuevo el test del principio, con el objetivo de saber en qué medida se ha adquirido la información recibida y si ha habido alguna mejora en los conocimientos sobre este tópico respecto al cuestionario inicial.

Propuesta: Realizar un test final idéntico al test inicial. Dicha prueba se realizará pasado unos días para ver si la información ha sido correctamente asimilada por el alumnado (Véase anexo 1).

Código CE:

PCSO05C2

PCSO05C3

Competencias:

Ciencias Sociales y Cívicas (CSC).

Aprender a aprender (AA).

Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor (SIEE).

Criterios:

Criterio 2 Criterio 3

Estándares:

Criterio 2: 8, 14, 15, 16, 17.

Criterio 3: 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17.

Técnicas.

Observación sistemática.

Registro descriptivo.

Tipo de evaluación.

Heteroevaluación.

Agrupamientos.

Individual (TIND)

Sesiones.

1

Recursos

Prueba tipo test

Espacios

Aula.

Observaciones

Contrastar los resultados con la prueba del principio para ver si ha habido alguna mejoría o todavía tienen alguna carencia.

TEMPORALIZACIÓN.

El día 27 de Mayo se iniciaron las actividades en el colegio mencionado anteriormente. Para realizar las cuatro primeras actividades hemos necesitado dos sesiones de 45 minutos. El día 1 de junio, hemos realizado la última actividad para contrastar lo aprendido anteriormente, donde hemos terminado la actividad a los 15 minutos.

Para la realización de las actividades hemos necesitados la siguiente temporalización:

Actividades	Tiempo
Actividad 1.	15 minutos.
Actividad 2.	30 minutos.
Actividad 3.	15 minutos.
Actividad 4.	30 minutos.
Actividad 5.	15 minutos.

RECURSOS Y MATERIALES.

Los recursos se seleccionaron utilizando diferentes formatos con el fin de motivar al alumnado para el logro de los aprendizajes esperados y atendiendo a los diferentes estilos de aprendizaje del grupo,

Los recursos y materiales que hemos utilizado son los siguientes:

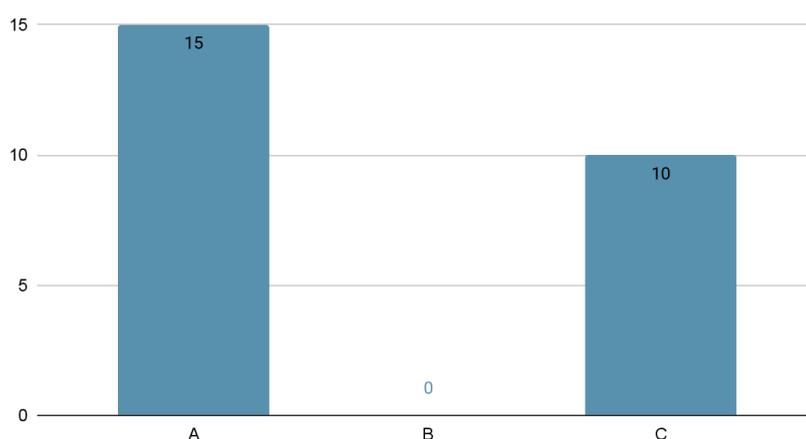
- Prueba tipo test (Anexo 1).
- Aplicación del Mercadona (APP) (Anexo 2).
- Paletas con números.
- Pizarra digital.
- Power Point (Anexo 3).
- Material de psicomotricidad (aula donde utilizamos colchonetas para el desarrollo de la movilidad del alumnado).

RESULTADOS DE LA IMPLEMENTACIÓN DEL TALLER FORMATIVO.

Actividad 1: Test inicial.

En esta primera actividad, que se realizará para conocer los conocimientos previos del alumnado, hemos visto que los/as alumnos/as tienen ciertas carencias, sobre todo en la pregunta número 10, donde no tenían que seleccionar ninguna imagen y pese a lo cual toda la clase, excepto un alumno, seleccionó al menos un alimento. Destacar que, a la hora de realizar la prueba en su totalidad, todo el alumnado (exceptuando un niño, que es Celíaco y vive día a día la enfermedad) ha tenido, al menos, algún fallo, . Lo vemos más detalladamente en cada una de las gráficas presentadas a continuación:

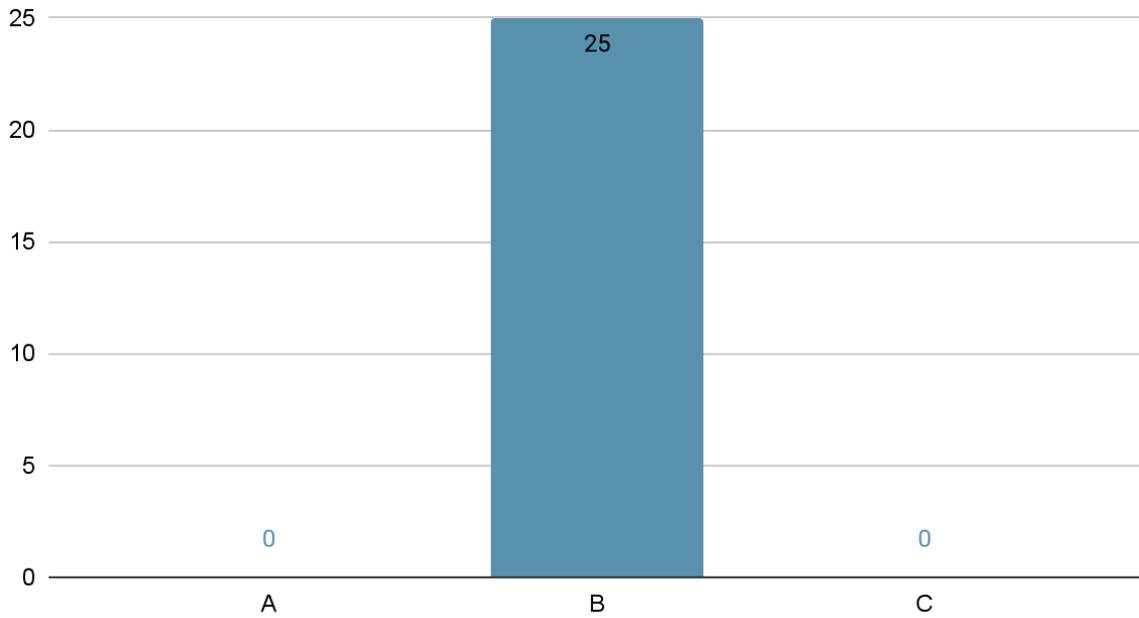
Gráfico pregunta 1: ¿Qué crees que es la celiaquía?



- Es una enfermedad que afecta a la vida diaria de las personas.
- No es una enfermedad.
- Es una enfermedad pero la persona puede vivir sin ningún problema.

En esta pregunta podemos ver cómo algunos de los/as alumnos/as tienen ciertas dudas sobre qué es la celiaquía, 10 personas piensan que al tener esta enfermedad se puede llevar una vida diaria sin ningún problema.

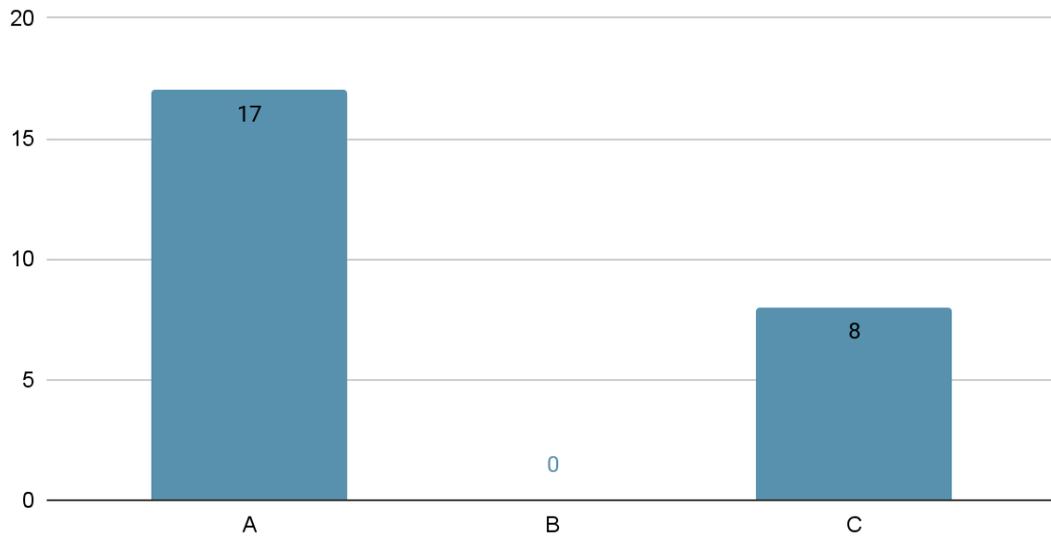
Gráfica pregunta 2. ¿Por qué un celíaco tiene que seguir una dieta sin gluten?



- a. Porque quiere seguir una dieta.
- b. Para que los alimentos con gluten no le afecten al organismo.
- c. Porque así dejas de ser Celíaco/a.

Aquí no han tenido ningún problema, todos y todas saben que un Celíaco/a sigue una dieta para que su organismo se vea lo menos afectado posible.

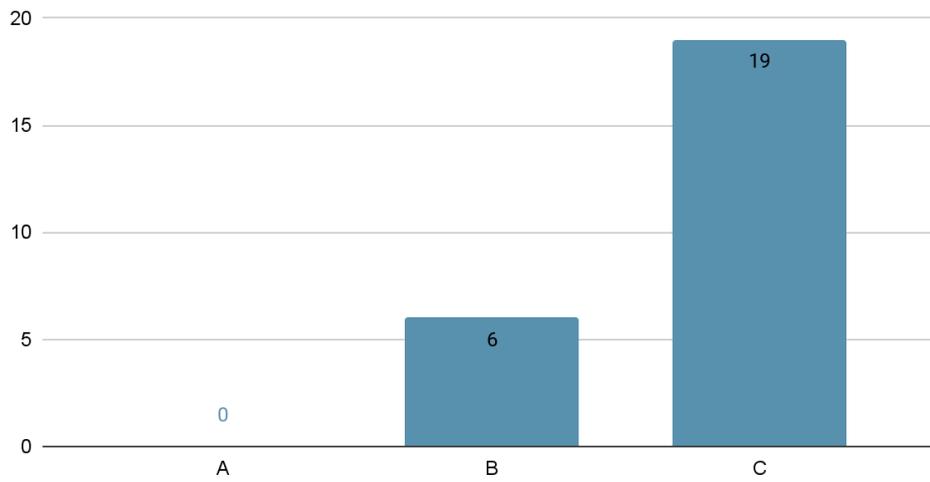
Gráfica pregunta 3. ¿Cuál es el síntoma más frecuente que sufre una persona celíaca si come algún producto con gluten?



- a) Dolor de barriga.
- b) Dolor de cabeza.
- c) Dolor en los riñones.

En esta pregunta, 8 personas creen que el síntoma más frecuente es el dolor de riñones, mientras que 17 personas piensan que es el dolor de barriga. Lo cual demuestra que una parte del alumnado carece de conocimientos claves en relación a la celiaquía.

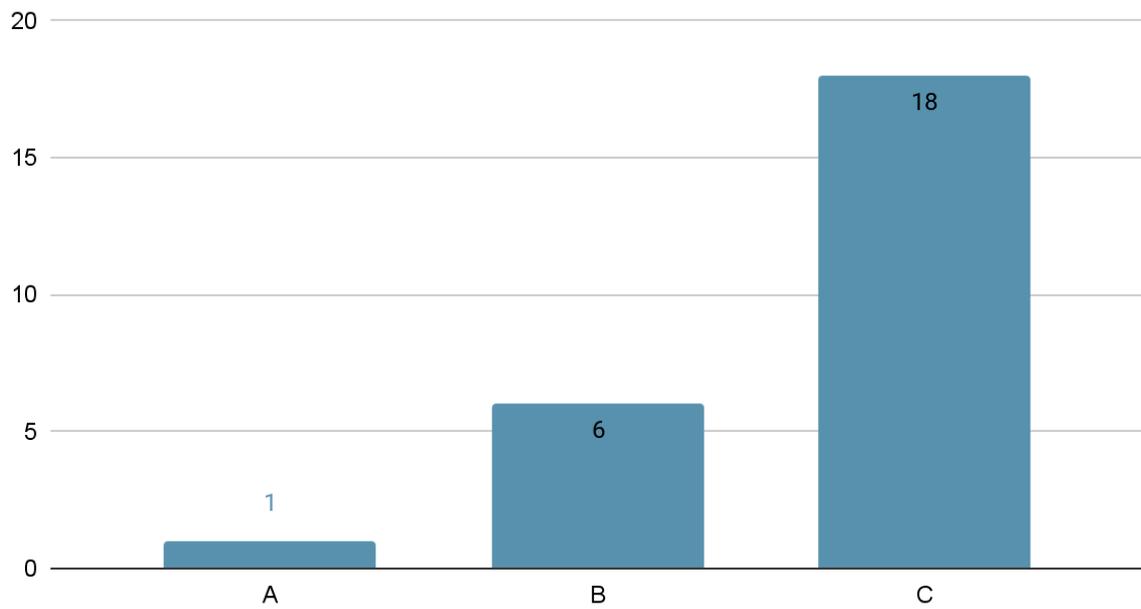
Gráfica pregunta 4. ¿Cuánto gluten puede comer un celíaco/a sin manifestar síntomas?



- a. Mucho.
- b. Un poco.
- c. Depende del tipo de alergia/intolerancia.

Solo 6 personas creen que una persona celíaca puede comer un poco de gluten, mientras que 19 saben que todo dependerá del tipo de intolerancia tenga el paciente.

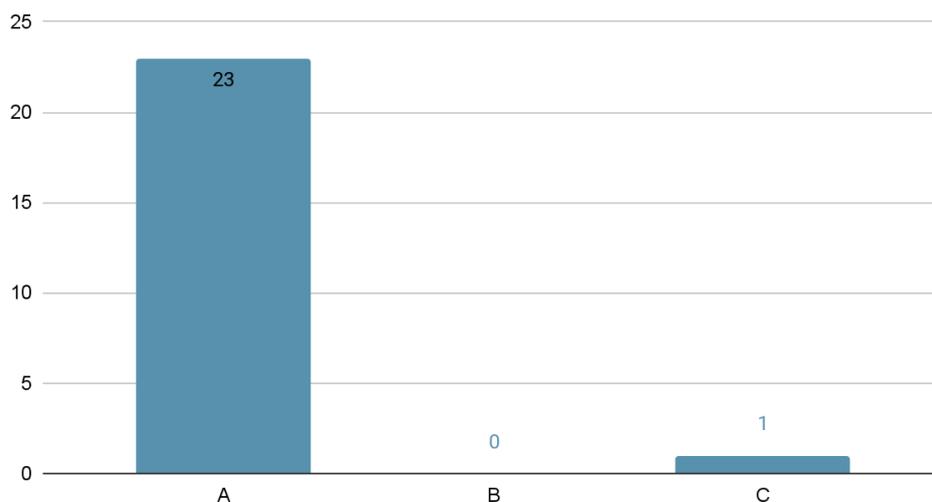
Gráfica pregunta 5. ¿Ser celíaco/a tiene cura?



- a. Con medicación.
- b. Con la dieta.
- c. No tiene cura.

En esta pregunta, 1 persona piensa que ser Celíaco/a se cura con medicación, 6 con la dieta y 18 dijeron que esta enfermedad no tiene cura.

Gráfica pregunta 6. ¿A qué edad puede aparecer la celiacía?



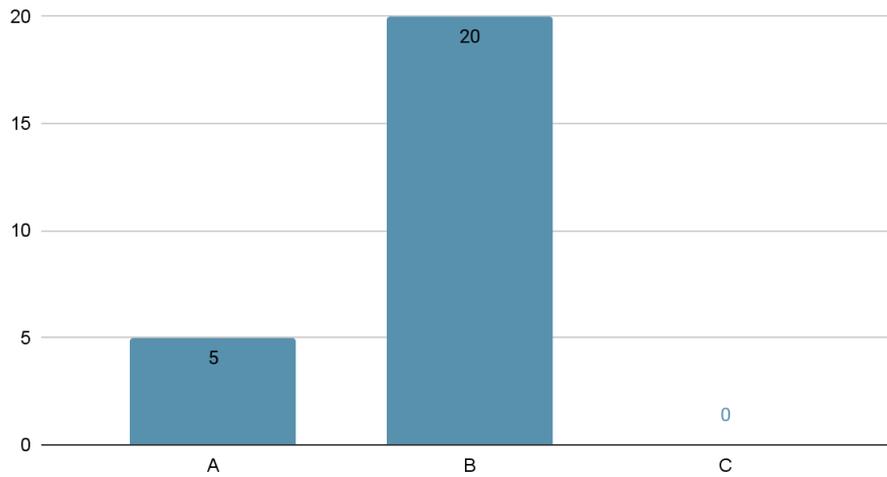
- a. A cualquier edad.
- b. Cuando somos adultos.
- c. Cuando somos niños.

Dos personas creen que la celiacía aparece cuando somos niños/as mientras que 23 opinan que podría aparecer a cualquier edad.

Pregunta 7. ¿Cual es una asociación para celíacos?

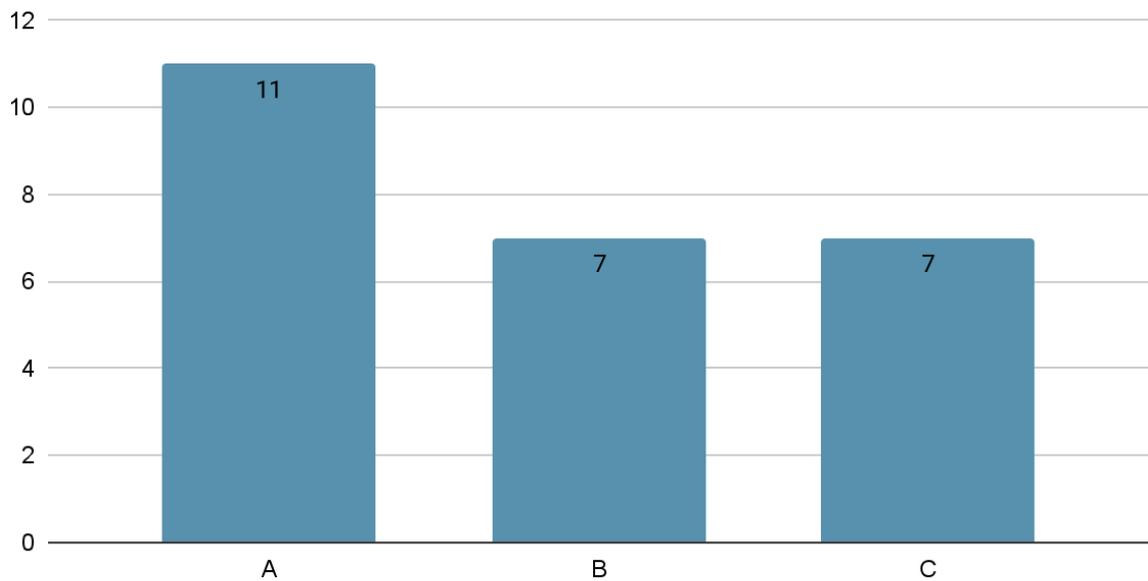
- a.  ADT FAdiCAN
- b.  acet
- c.  WIKIMEDIA FOUNDATION

Gráfica pregunta 7. ¿Cuál es una asociación para celíacos/as?



En esta pregunta, 20 personas saben cual es la asociación ACET (asociación para celíacos/as), mientras que 5 la confundieron con la asociación de diabetes FAdiCAN.

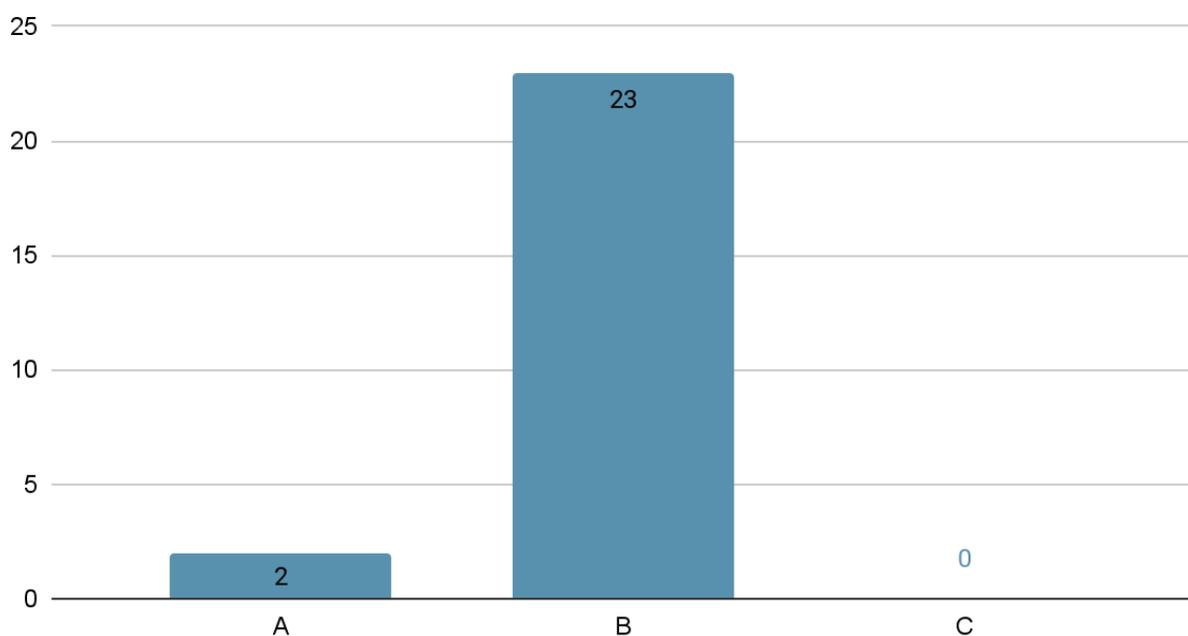
Gráfica pregunta 8. ¿Puede haber alguna discriminación para aquellas personas que no puedan consumir gluten?



- a. Sí, pueden aparecer alguna discriminación inconscientemente.
- b. No.
- c. Sí, pero no podemos hacer nada.

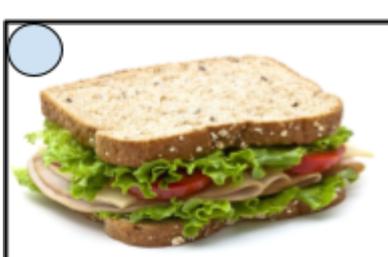
Esta pregunta supuso más dudas, 7 alumnos/as creyeron que una persona Celíaca no sufre ningún tipo de discriminación y que, de haberla, no se podría hacer nada. Por otro lado, 11 personas se plantearon que esta patología puede derivar en algún tipo de discriminación inconsciente.

Gráfica pregunta 9. Selecciona qué logo significa “sin gluten”

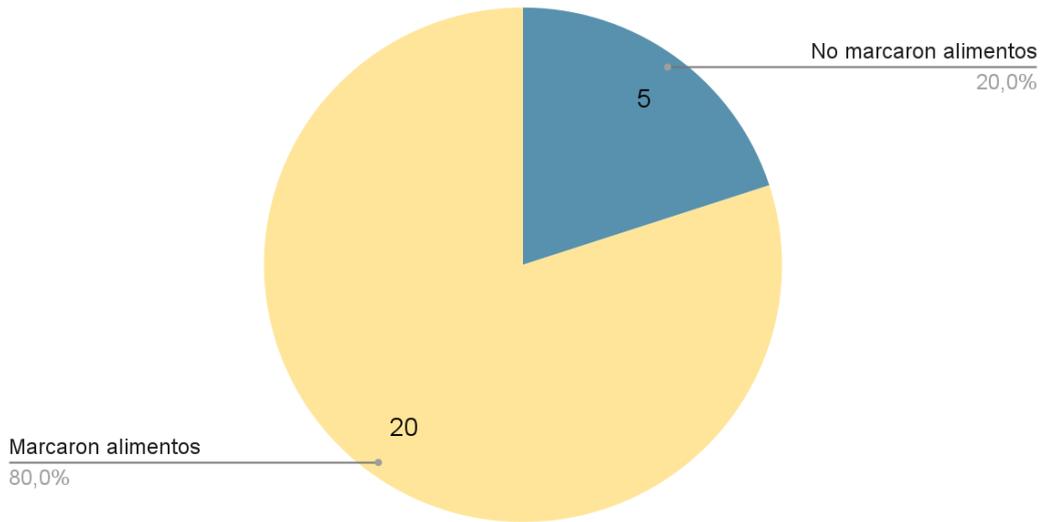


En esta pregunta, casi la totalidad del alumnado sabe cual es el logo “sin gluten”, solo 2 personas lo han confundido con el logo “sin lactosa”.

Pregunta nº10. Marca con una X aquellos productos que puede comer un/a Celíaco/a.



Gráfica pregunta 10. Marca con una X aquellos productos que creas que puede comer un celíaco/a.



En esta pregunta solo el 20% ha respondido correctamente mientras que el 80% cree que una persona celíaca podría comer alguno de los productos seleccionados.

Actividad 2: Empatizamos en el patio.

En esta actividad, iremos al patio y nos ponemos en círculo para explicar brevemente las situaciones de discriminación que sufre un Celíaco por parte de los demás debido a la falta de información de la que disponen estos últimos. Por ejemplo cuando compramos alimentos con gluten habiendo personas celíacas entre los invitados o incluso cuando en un hotel no ponen alimentos “sin gluten” para sus huéspedes que presenten esta enfermedad. Posteriormente, todo el alumnado ha ido andando por el patio con los ojos cerrados. Al finalizar, hemos reflexionado sobre lo ocurrido y lo hemos extrapolado a la vida de una persona celíaca, el objetivo principal siendo que seamos conscientes y empáticos con las personas que sufren esta patología. Respuestas obtenidas a las preguntas que planteamos oralmente:

- ¿Cómo se han sentido con los ojos tapados?

El alumnado se ha sentido con incertidumbre, no sabía a qué lado ir y cuando caminaba un poco se tropezaban con los obstáculos lo cual le generaba inseguridad.

- ¿Crees que una persona que sea celíaca puede ir con los ojos tapados sin correr el riesgo de encontrarse con algún obstáculo?

La totalidad de la clase comentó que sí que existe el riesgo de encontrarse con un obstáculo y que por eso tiene que tener mucho cuidado siempre.

- Si nosotros estamos en una fiesta, y un compañero o compañera es intolerante al gluten y no hemos pensado en incluir productos sin gluten, ¿cómo se sentirá esta persona?

Los alumnos y alumnas comentaron que podría ser un contexto en donde la persona se sentirá muy mal.

- ¿Qué tenemos que hacer cuando queramos hacer algún acto que incluya comida, para evitar esa “discriminación”?

Toda la clase dijo que una solución podría ser preguntarles antes a las personas con intolerancia por los alimentos que no les hacen daño, para que así todo el mundo pueda comer con normalidad durante el acto.

Actividad 3: Logos sin gluten.

En esta actividad en líneas generales, el alumnado conocía la mayoría de los logos salvo algunos, como comentaremos a continuación:

En la diapositiva 2 (ver anexo 3), la totalidad de la clase ha podido resolver muy bien que la imagen 1 es el logo “sin gluten” y en la imagen 2 es “sin lactosa”.

En la diapositiva 3 (ver anexo 3), en la imagen 1 toda la clase ha dicho que es un logo “sin gluten”, sin embargo, en la imagen 2 ha habido más problemas, solo dos personas dijeron que era un logo “sin gluten”. El alumnado preguntó que significaban las siglas sin TACC, y el docente explicó que hacían referencia a sin Trigo, sin Avena, sin Cebada y sin

Centeno. Además, el docente también explicó que en la mayoría de los logos viene el signo de prohibido de acompañado de un trigo.

En la diapositiva 4, en la imagen 1 (ver anexo 3), han tenido algunos problemas para identificar el logo sin gluten de la marca Schär, solo 12 personas sabían de lo que se trataba. De nuevo el docente ha explicado que se trata de una marca especializada en alimentos sin gluten. Mientras que en la imagen número 2, todos y todas han dicho que es un logo sin gluten.

En la diapositiva 5, en la imagen 1 y 2 han identificado bien el logo el primero “con lactosa” y el segundo “con gluten”.

En la diapositiva 6, la imagen 1 solo una persona ha identificado la marca de la empresa de “sin gluten”, y el docente ha tenido que intervenir explicando de lo que se trataba, apoyándose en el alumno Celíaco, el cual ha dicho que estaba inscrito en el de Gran Canaria. Y en la imagen 2 sabían que no era un logo “sin gluten”, pero no sabía de lo que se trataba, el docente ha explicado que era el logo del sésamo.

Actividad 4: Lista de la compra para una fiesta.

Esta actividad también se ha tenido que preparar con antelación, revisando la batería de las tablets e instalando la aplicación de Mercadona en todas ellas. Para comenzar la actividad, se hizo una descripción de lo que íbamos a hacer, además de dejarle al alumnado en la pizarra unos pasos simples a seguir para poder realizar la actividad. Todo el alumnado ha buscado productos sin gluten con mucha facilidad, fijándose en los logos del producto e incluso en la descripción del producto. Esta actividad no ha supuesto ningún problema.

Cada grupo ha identificado los siguientes ingredientes:

Grupo 1: Fideos sin gluten, magdalenas sin gluten, baguette sin gluten, espaguetis sin gluten, crackers (tipo de papas fritas) sin gluten, macarrones sin gluten, tostadas sin gluten, picos (picatostes) sin gluten.

Grupo 2: Refresco, queso de oveja, cereales copos (sin gluten), cereza, bollos con pepitas de chocolate (sin gluten), golosinas dentaduras (sin gluten), albaricoques, postre lácteo con proteínas (sin gluten), refresco tea verde.

Grupo 3: Tarta de golosinas (sin gluten), helado de limón (sin gluten), zumos de frutas (sin gluten), tortitas de arroz y maíz (sin gluten), nocilla (sin gluten), agua, helado de turrón (sin gluten), pechuga de pavo.

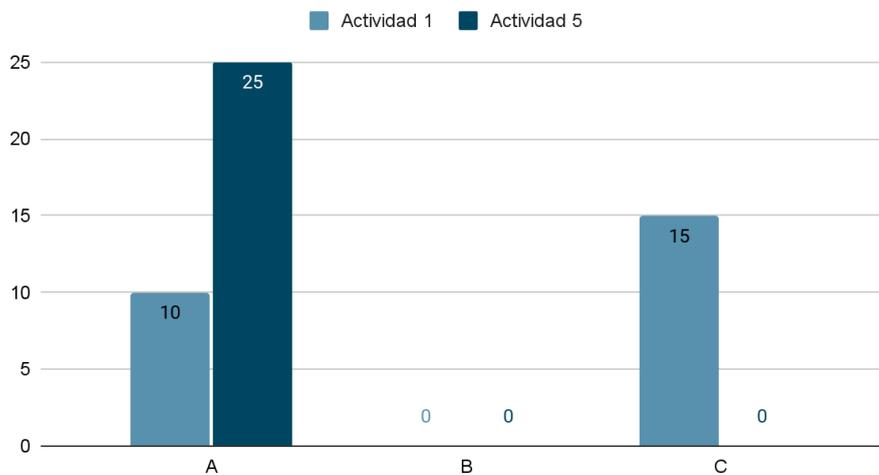
Grupo 4: Diferentes tipos de golosinas (sin gluten), chocolate (sin gluten), copa de crema de chocolate, gelatina (sin gluten), yogur de proteínas (sin gluten).

Grupo 5: Palomitas (sin gluten), cocos (tipos de papas fritas sin gluten) sabor bacon, patatas fritas, cerveza (sin gluten), magdalenas (sin gluten), pipas (sin gluten), pechuga de pavo en lonchas (sin gluten), diferentes tipos de yogures (sin gluten), tortilla de papas (sin gluten) y guacamole (sin gluten).

Actividad 5: Test final.

A la hora de volver a pasar el tipo test al alumnado se ha tenido en cuenta el hacerlo tras dejar pasar 5 días. Esto nos permitía confirmar mejor si la información había sido correctamente asimilada. Ambos cuestionarios fueron contestados por la totalidad de la clase. Los resultados han sido muy buenos ya que, en el segundo cuestionario, no hubo ni un solo fallo. Para poder visualizar la evolución entre lo sabido en el primer cuestionario y lo aprendido en el último, vamos a realizar una comparativa de ambos resultados:

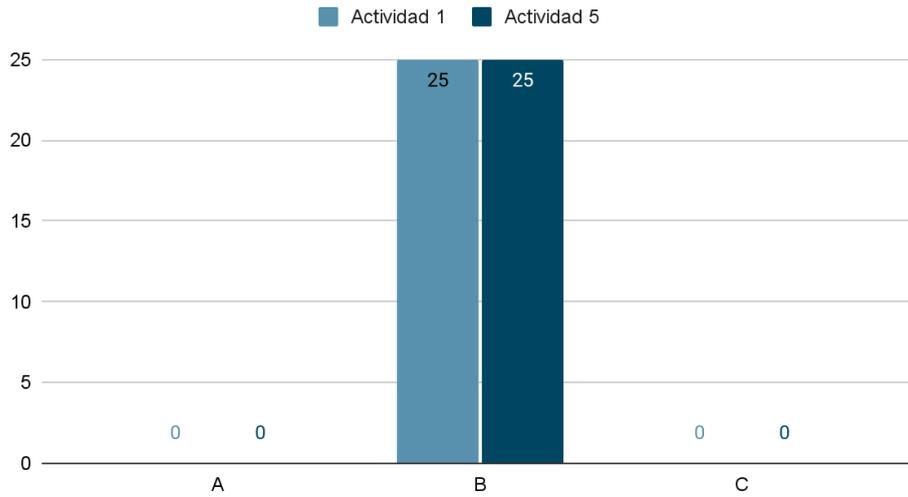
Gráfica pregunta 1. ¿Qué crees que es la celiacía?



- a. Es una enfermedad que afecta a la vida diaria de las personas.
- b. No es una enfermedad.
- c. Es una enfermedad pero la persona puede vivir sin ningún problema.

En esta pregunta, en la actividad han resuelto las dudas anteriores y ya saben que la celiacía es una enfermedad que afecta a la vida diaria de las personas.

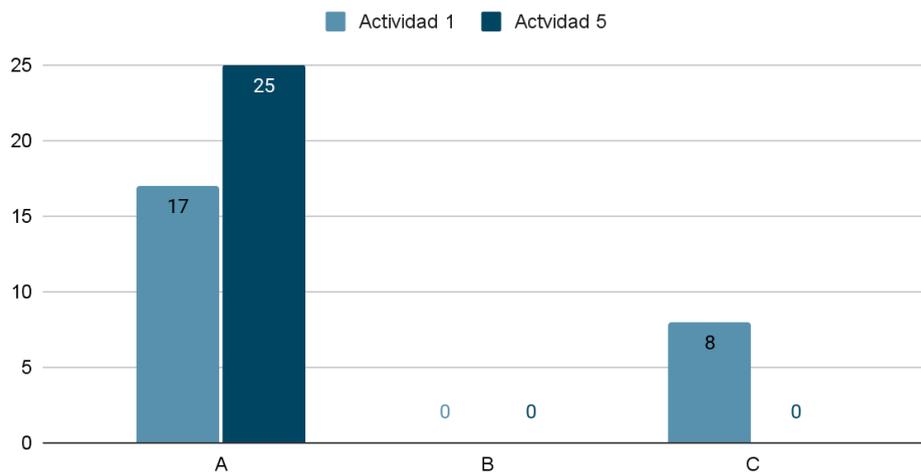
Gráfica pregunta 2. ¿Por qué un celíaco tiene que seguir una dieta sin gluten?



- a. Porque quiere seguir una dieta.
- b. Para que los alimentos con gluten no le afecten al organismo.
- c. Porque así dejas de ser Celíaco/a.

En ambas actividades ha acertado la totalidad de la clase. Saben que un Celíaco sigue una dieta específica para que su organismo no se vea afectado por el gluten.

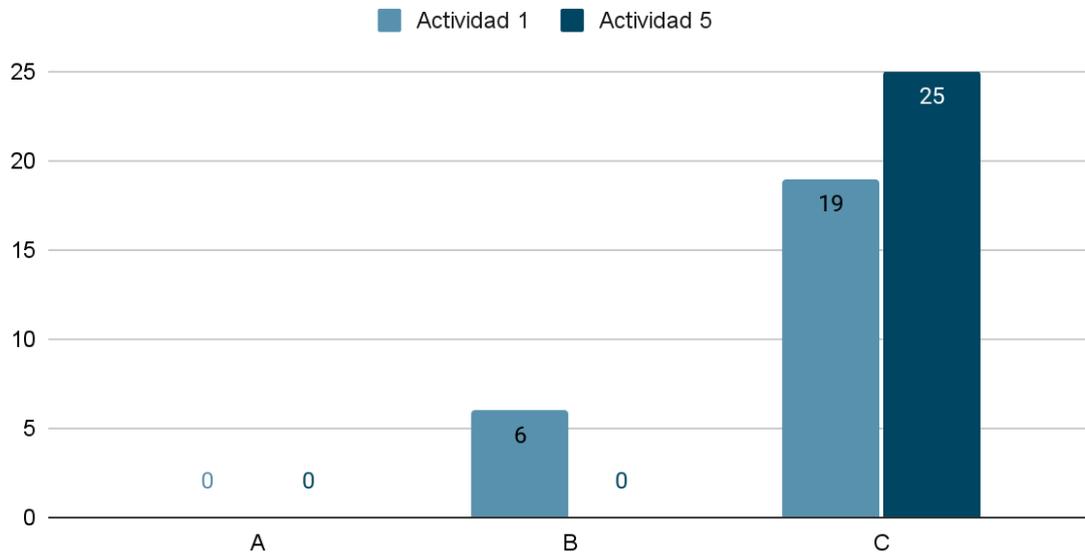
Gráfica pregunta 3. ¿Cuál es el síntoma más frecuente que sufre una persona celíaca si come algún producto con gluten?



- a) Dolor de barriga.
- b) Dolor de cabeza.
- c) Dolor en los riñones.

El alumnado sabe que el dolor más frecuente es el de barriga, por tanto, las dudas han sido resueltas gracias a las actividades.

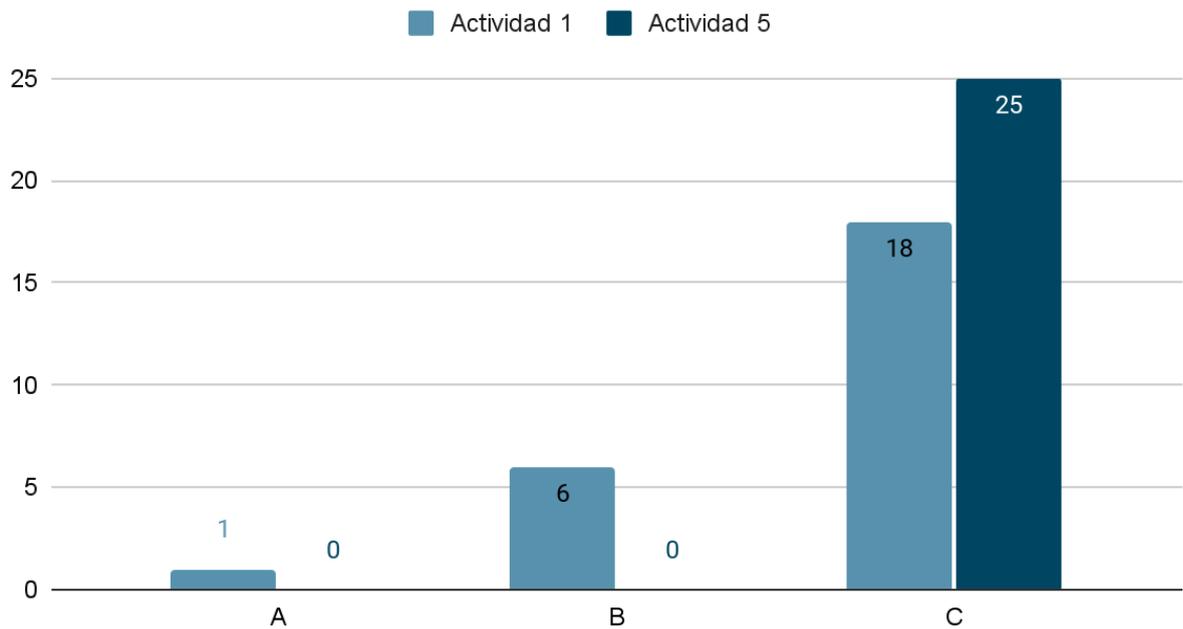
Gráfica pregunta 4. ¿Cuánto gluten puede comer un celíaco/a sin manifestar síntomas?



- a. Mucho.
- b. Un poco.
- c. Depende del tipo de alergia/intolerancia.

En esta gráfica podemos observar cómo las dudas de 6 personas han quedado resueltas en la actividad 5.

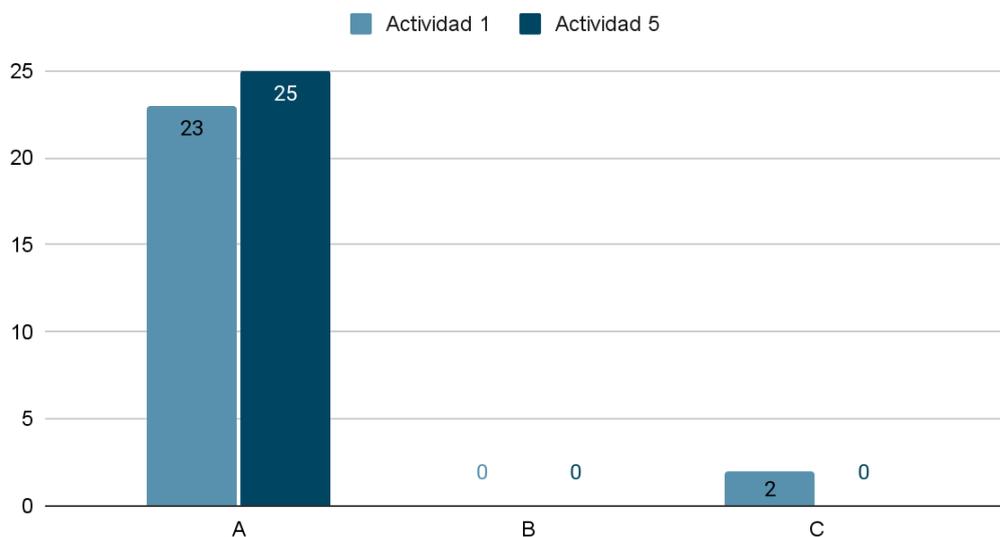
Gráfica pregunta 5. ¿Ser celíaco/a tiene cura?



- Con medicación.
- Con la dieta.
- No tiene cura.

En esta gráfica observamos que en la primera actividad (test inicial) han tenido alguna que otra dificultad para contestar bien a esta pregunta, mientras que en la quinta actividad (test final) no han tenido dudas, contestando todos que la enfermedad no tiene cura.

Gráfica pregunta 6. ¿A qué edad puede aparecer la celiaquía?



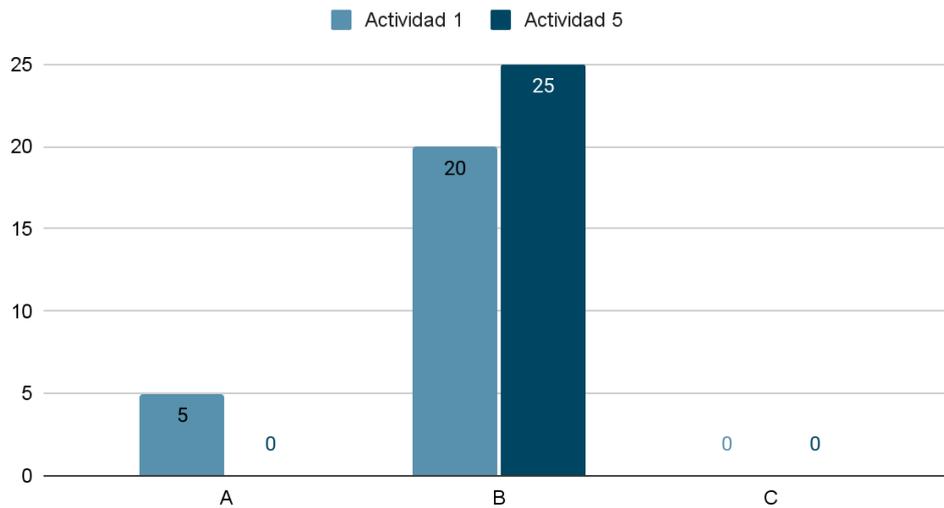
- a. A cualquier edad.
- b. Cuando somos adultos.
- c. Cuando somos niños.

En esta actividad dos personas se han unido al resto del alumnado, y saben que la enfermedad puede aparecer en cualquier momento de nuestras vidas.

Pregunta 7. ¿Cual es una asociación para celíacos/as?

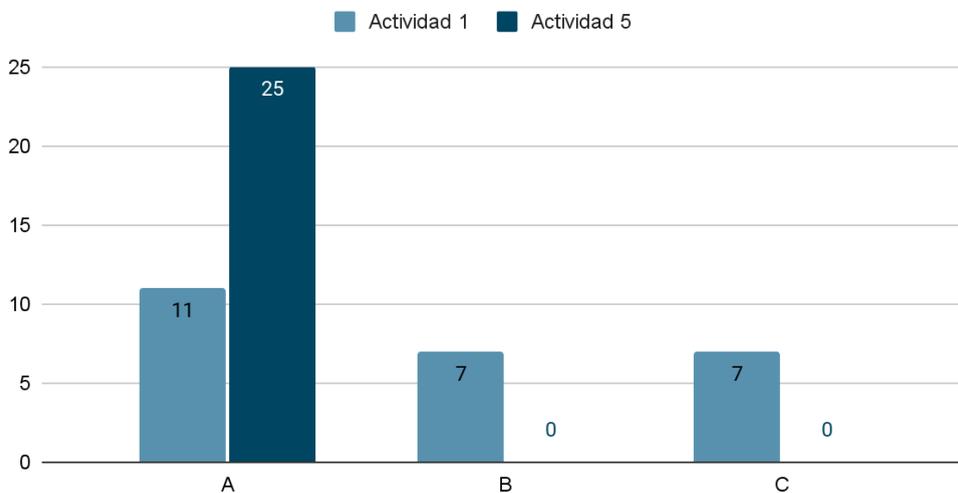
- a. 
- b. 
- c. 

Gráfica pregunta 7. ¿Cuál es una asociación para celíacos/as?



Cinco personas se sumaron a las respuestas correctas gracias a lo aprendido durante las actividades. Ahora, toda clase reconoce la asociación para celíacos y celíacas (ACET).

Gráfica pregunta 8. ¿Puede haber alguna discriminación para aquellas personas que no puedan consumir gluten?

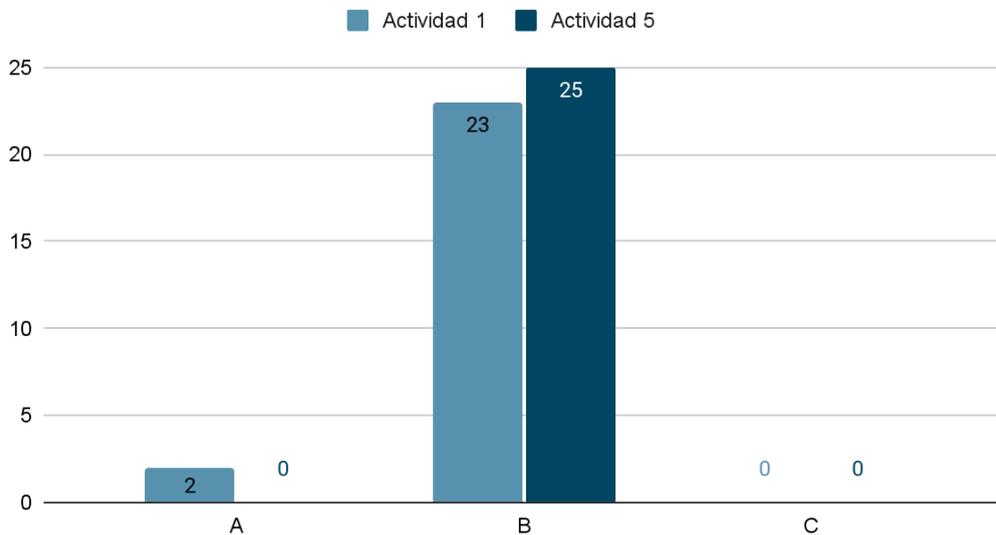


- a. Sí, pueden aparecer alguna discriminación inconscientemente.
- b. No.
- c. Sí, pero no podemos hacer nada.

En el test inicial ha habido algunos problemas para saber si hay alguna discriminación en el día a día por ser Celíaco/a, sin embargo en el test final podemos apreciar como esta

duda ha quedado resuelta por completo, por lo cual, el alumnado sabe que una persona que sufra esta enfermedad puede verse afectada por alguna discriminación aunque, generalmente, esta sea derive de un acto inconsciente.

Gráfica pregunta 9. Selecciona qué logo significa “sin gluten”.



a.



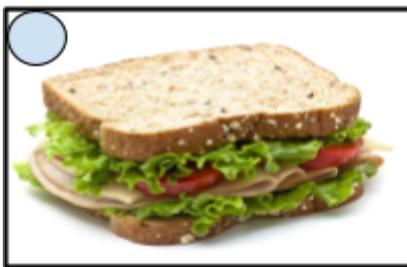
b.



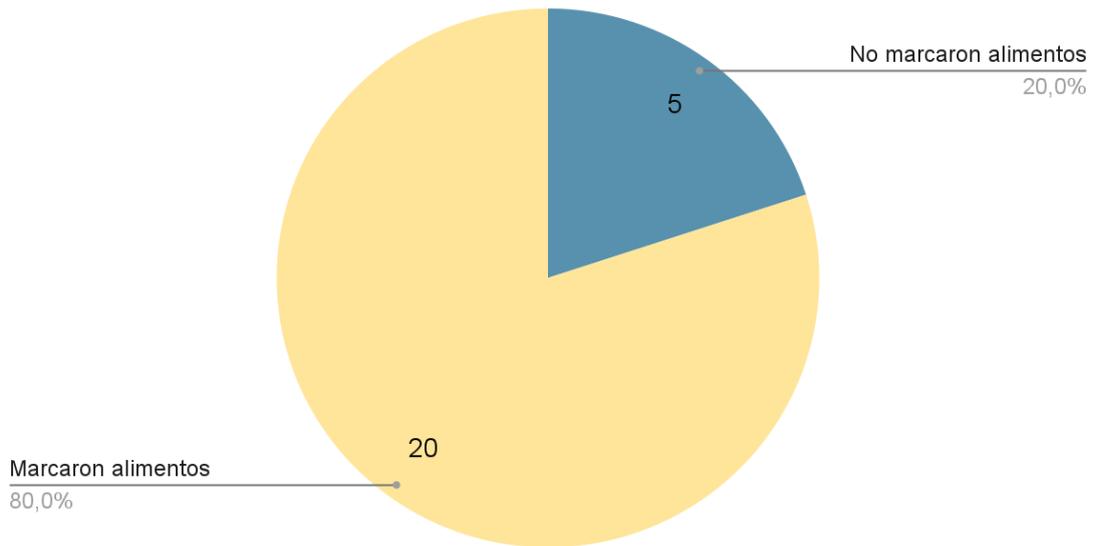
c.

Con la realización de la actividad podemos ver cómo las dos personas que habían contestado erróneamente han resuelto sus dudas y ya saben cuál es el logo “sin gluten”.

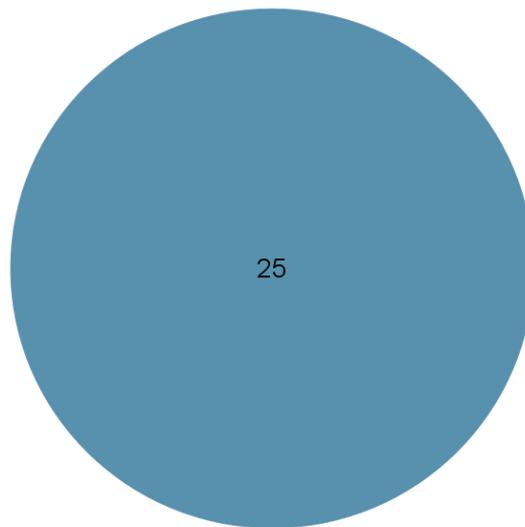
Pregunta nº10. Marca con una X aquellos productos que puede comer un/a Celíaco/a.



Gráfica pregunta 10. Marca con una X aquellos productos que creas que puede comer un celíaco/a.



Gráfica pregunta 10. Marca con una X aquellos productos que creas que puede comer un celíaco/a.



En este test final, se vio lo eficaz que fue la realización de este proyecto: donde en el test inicial solo el 20% de la clase contestó correctamente, en el test final se obtuvo un 100% de aciertos. El alumnado ha tomado consciencia de que una persona celíaca no puede comer ninguno de los alimentos presentados en la imagen.

PROPUESTAS DE MEJORA.

Si bien consideramos que hemos alcanzado con éxito los objetivos propuestos, pensamos que podrían ampliarse el número de sesiones, y por lo tanto de actividades a realizar.

Por otro lado, sí que consideramos que una de las preguntas tanto del test inicial como del test final debería ser modificada en el caso de volver a realizarse el proyecto. Se trata de la pregunta 8: ¿puede haber alguna discriminación para aquellas personas que no pueden consumir gluten? Las respuestas propuestas fueron las siguientes:

- a. Sí, pueden aparecer alguna discriminación inconscientemente.
- b. No.
- c. Sí, pero no podemos hacer nada.

Pensamos que en la opción A, convendría ampliar lo propuesto, quedando la respuesta de la siguiente manera:

Sí, pueden aparecer alguna discriminación inconscientemente y es por eso que hay que siempre hay que ser empático y preguntarle a las personas afectadas por lo que puede comer y por lo que no.

SEGUIMIENTO DE LAS ACTUACIONES.

En relación al seguimiento de este proyecto, no existirá la posibilidad de continuar con la propuesta por mi parte, ya que se ha llevado a cabo en el contexto de un Prácticum, y por tanto la estancia en el centro se limitó a la duración de este.

CONCLUSIONES.

Empezamos este TFG comentando que existe en España miles de personas celíacas, entre ellas muchos niños. Porque la celiaquía es una patología poco conocida que ocasiona muchas veces algún tipo de exclusión inconsciente, existe la necesidad de ofrecer más información al respecto, siendo el colegio un lugar clave para este tipo de iniciativas. Este TFG quería presentar una propuesta de innovación que acercase al alumnado de una clase de

quinto de primaria a los obstáculos a los que se enfrenta una persona celíaca en su día a día a través de una serie de actividades.

En un primer momento, gracias a un test inicial, se comprobó que nuestros alumnos y alumnas desconocían lo que era la celiaquía así como los problemas que podía tener una persona celíaca en su día a día. Tampoco eran conscientes de los problemas socio-afectivos que solía acarrear la enfermedad, un tema que, creemos, es muy importante abordar. Poco a poco, con el desarrollo de las actividades, los conocimientos fueron adquiriéndose; prueba de ello es el 100% de respuestas correctas obtenidas en el test final (idéntico al test inicial) que se le pasó al alumnado al finalizar el proyecto.

A lo largo del proyecto, se tuvo muy en cuenta el trabajar aspectos como la reflexión, la empatía y la igualdad con el fin de desarrollar estas competencias que consideramos necesarias para promover una correcta convivencia entre todos los integrantes de la comunidad educativa. Como ya se comentó, gracias a un test final, pudimos constatar que los conocimientos habían sido correctamente adquiridos, cumpliéndose así el objetivo marcado. Por lo tanto, tras realizar este proyecto, y marcarnos como fin dar más visibilidad a esta enfermedad, solventar las dudas que rodean a la celiaquía y empatizar socialmente con las personas afectadas, podemos decir que hemos alcanzado los objetivos propuestos.

Quiero resaltar que antes de empezar a realizar las actividades tuve que informarme mucho al respecto, ya que este proyecto surgió de una propuesta de mi tutora, y que yo mismo desconocía la realidad que viven los alumnos que sufren algún grado de celiaquía. En ese sentido, creo que esta experiencia lo cual ha sido aún más enriquecedor.

Por mi parte, creo que es importante realizar esta serie de actividades para que nuestros alumnos y nuestras alumnas, en el futuro, sean unos ciudadanos mejor informados y con unos valores éticos adecuados. Si bien estoy muy satisfecho con el resultado de mi trabajo, considero que sería conveniente llevar a cabo estas prácticas desde cursos inferiores.

BIBLIOGRAFÍA.

Arroyo Vaquerizo, P. (2020). *Análisis del mercado de los productos sin gluten en España*. [Trabajo de Fin de Grado, E.T.S. de Ingeniería Agronómica, Alimentaria y de Biosistemas (UPM)]. Disponible el 17 de abril de 2022 en: <https://oa.upm.es/67404/>

Calle, I. D. L., Ros, G., Peñalver, R., & Nieto, G. (2020). Enfermedad celíaca: causas, patología y valoración nutricional de la dieta sin gluten. Revisión. *Nutricion hospitalaria*, 37(5), 1043-1051.

En la compra. (2018). FACE. <https://celiacos.org/recien-diagnosticados/en-la-compra/>

Giménez Calatayud, R. (2019). *La Celiaquía en España: una responsabilidad social*. [Trabajo de Fin de Grado, Universitat d'Alacant-Universidad de Alicante]]. Disponible el 14 de abril de 2022 en: https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/92852/1/La_Celiaquia_en_Espana_una_responsabilidad_social_Gimenez_Calatayud_Raquel.pdf

Masachs, M., Casellas, F., & Malagelada, J. R. (2007). Enfermedad inflamatoria intestinal en pacientes celíacos. *Revista Española de Enfermedades Digestivas*, 99 (8), 446-450.

Montealegre, Á. R., Celada, P., Bastida, S., & Sánchez-Muniz, F. J. (2018). Acerca de la enfermedad celíaca. Breve historia de la celiacía. *Journal of Negative and No Positive Results*, 3(12), 980-997. Disponible el 13 de marzo de 2022 en: <https://doi.org/10.19230/jonnpr.2813>

ANEXOS.

Anexo 1: Actividad 1. Tipo test inicial.

1. ¿Qué crees que es la celiacía?

- a. Es una enfermedad que afecta a la vida diaria de las personas.
- b. No es una enfermedad.
- c. Es una enfermedad pero la persona puede vivir sin ningún problema.

2. ¿Por qué un Celíaco tiene que seguir una dieta sin gluten?

- a. Porque quiere seguir una dieta.
- b. Para que los alimentos con gluten no le afecten al organismo.
- c. Porque así dejas de ser Celíaco/a.

3. ¿Cuál es el síntoma más frecuente que sufre una persona celíaca si come algún producto con gluten?

- a. Dolor de barriga.
- b. Dolor de cabeza.
- c. Dolor en los riñones.

4. ¿Cuánto gluten puede comer un Celíaco/a sin manifestar síntomas?

- a. Mucho.
- b. Un poco.
- c. Depende del tipo de alergia/intolerancia.

5. ¿Ser Celíaco/a tiene cura?

- a. Con medicación.
- b. Con la dieta.

c. No tiene cura

6. ¿A qué edad puede aparecer la celiacía?

- a. A cualquier edad.
- b. Cuando somos adultos.
- c. Cuando somos niños.

7. ¿Cuál es una asociación para celíacos/as?



8. ¿Puede haber alguna discriminación para aquellas personas que no puedan consumir gluten?

- a. Sí, pueden aparecer alguna discriminación inconscientemente.
- b. No.
- c. Sí, pero no podemos hacer nada.

9. Selecciona qué logo significa “sin gluten”



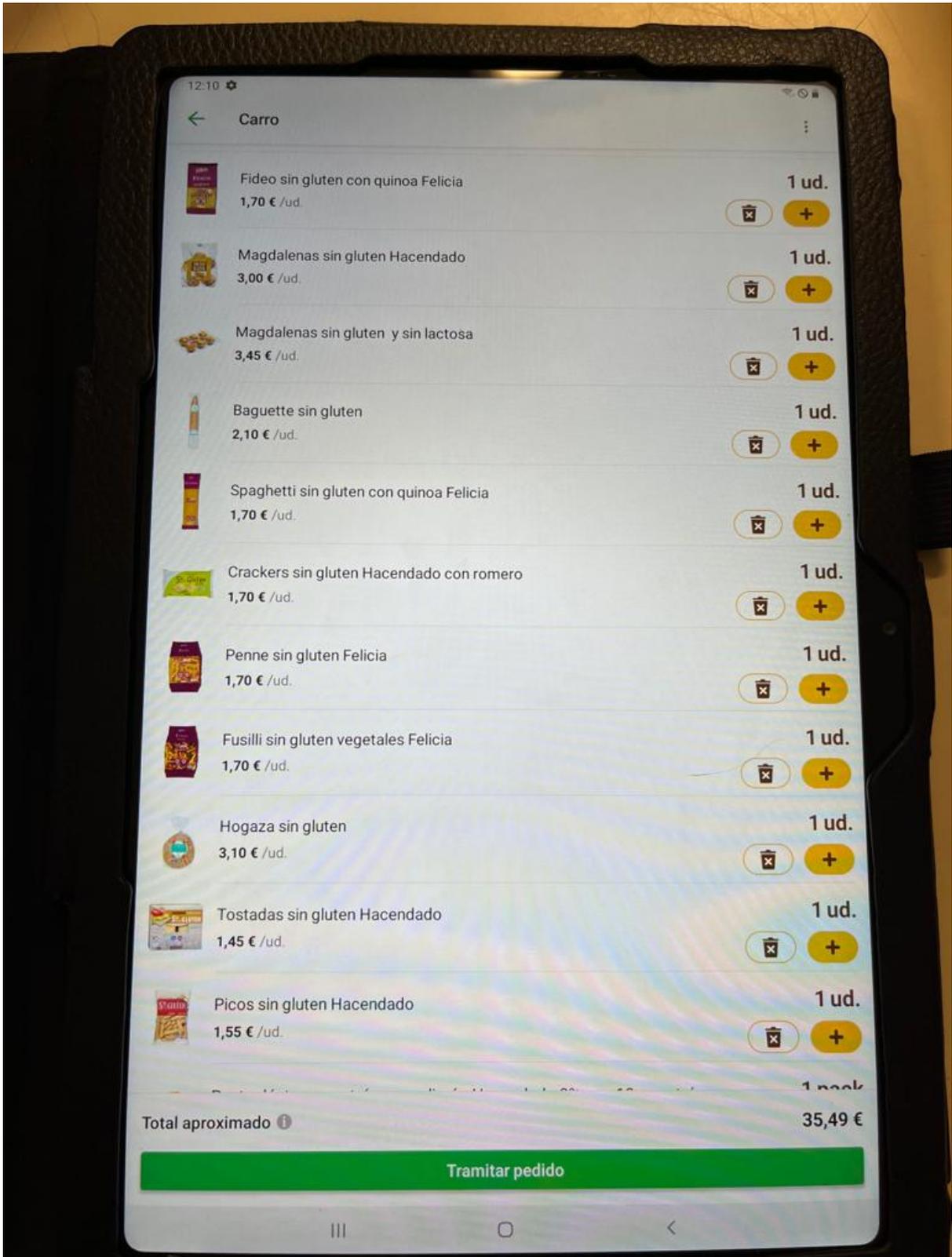
10. Marca con una X aquellos productos que creas que puede comer un Celíaco/a.



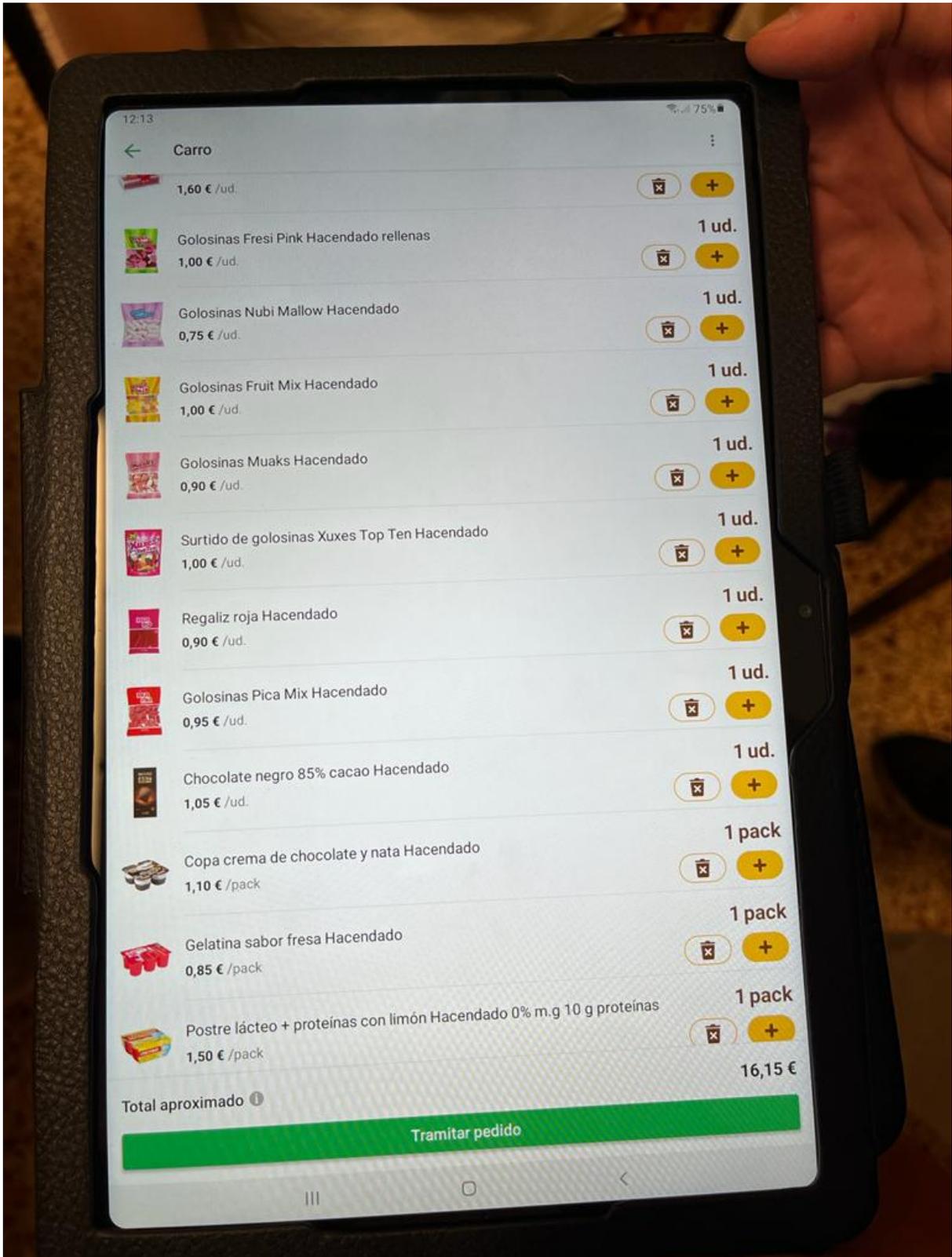
(Elaboración propia)

Anexo 2. Aplicación Mercadona (APP).

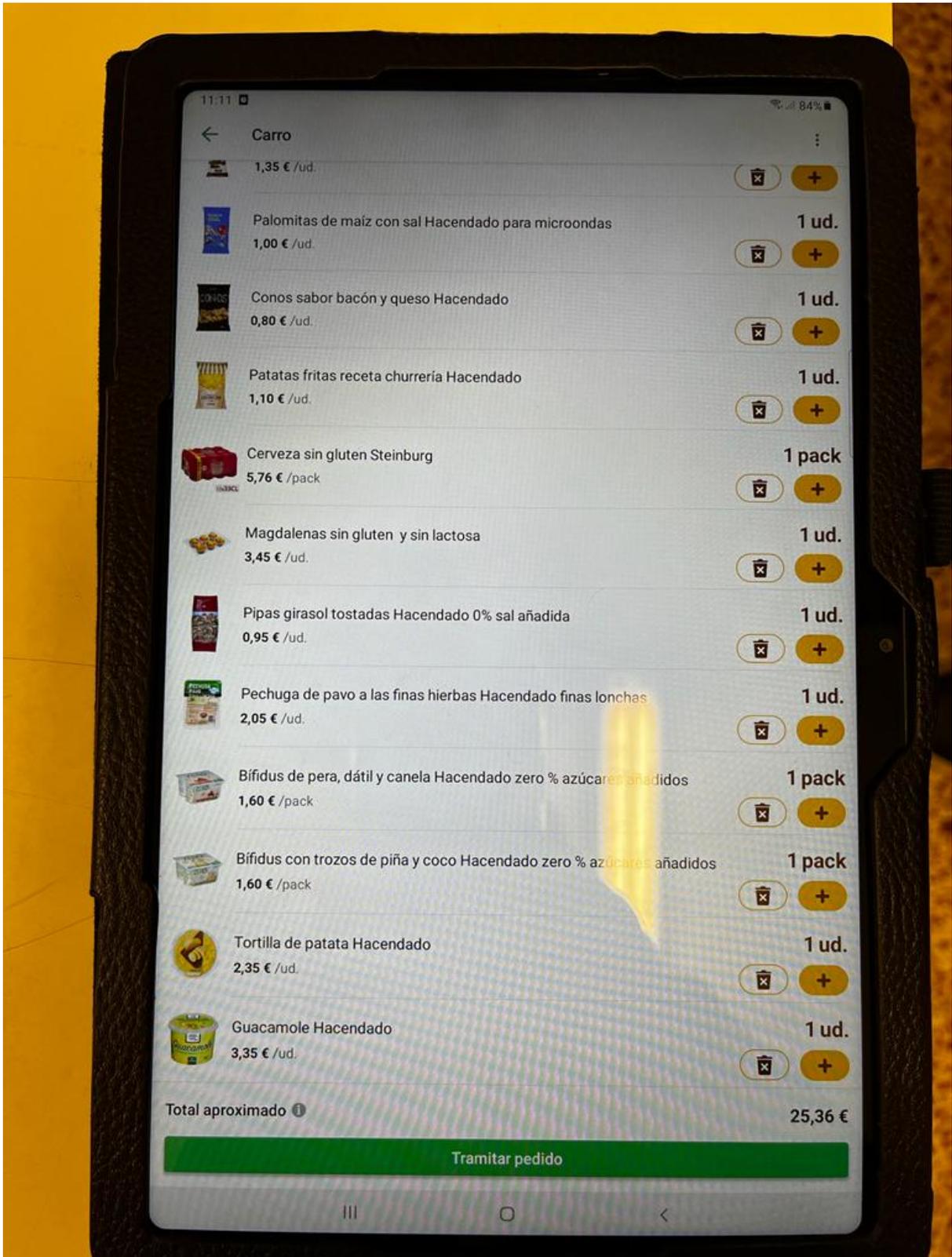




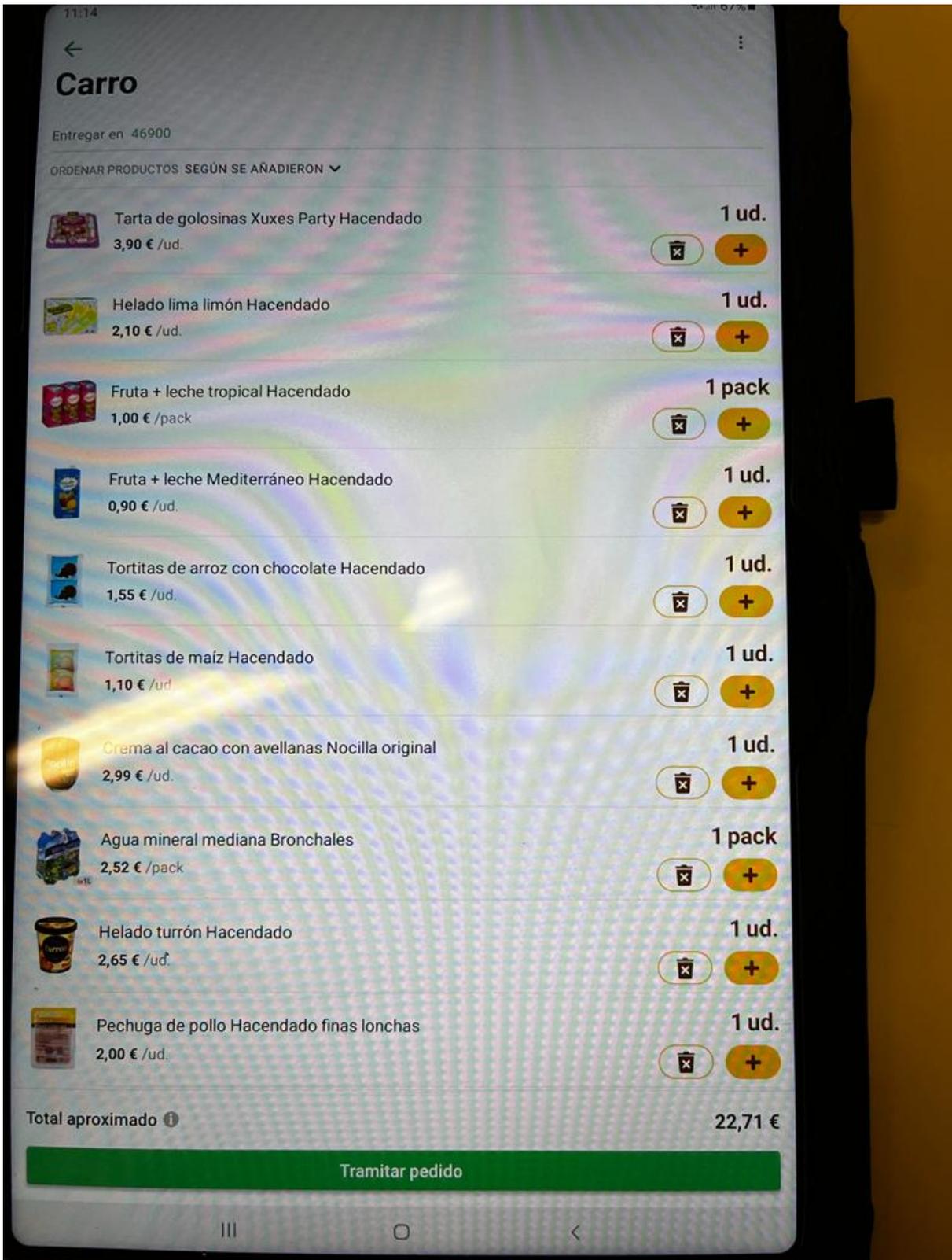
(Elaboración propia)



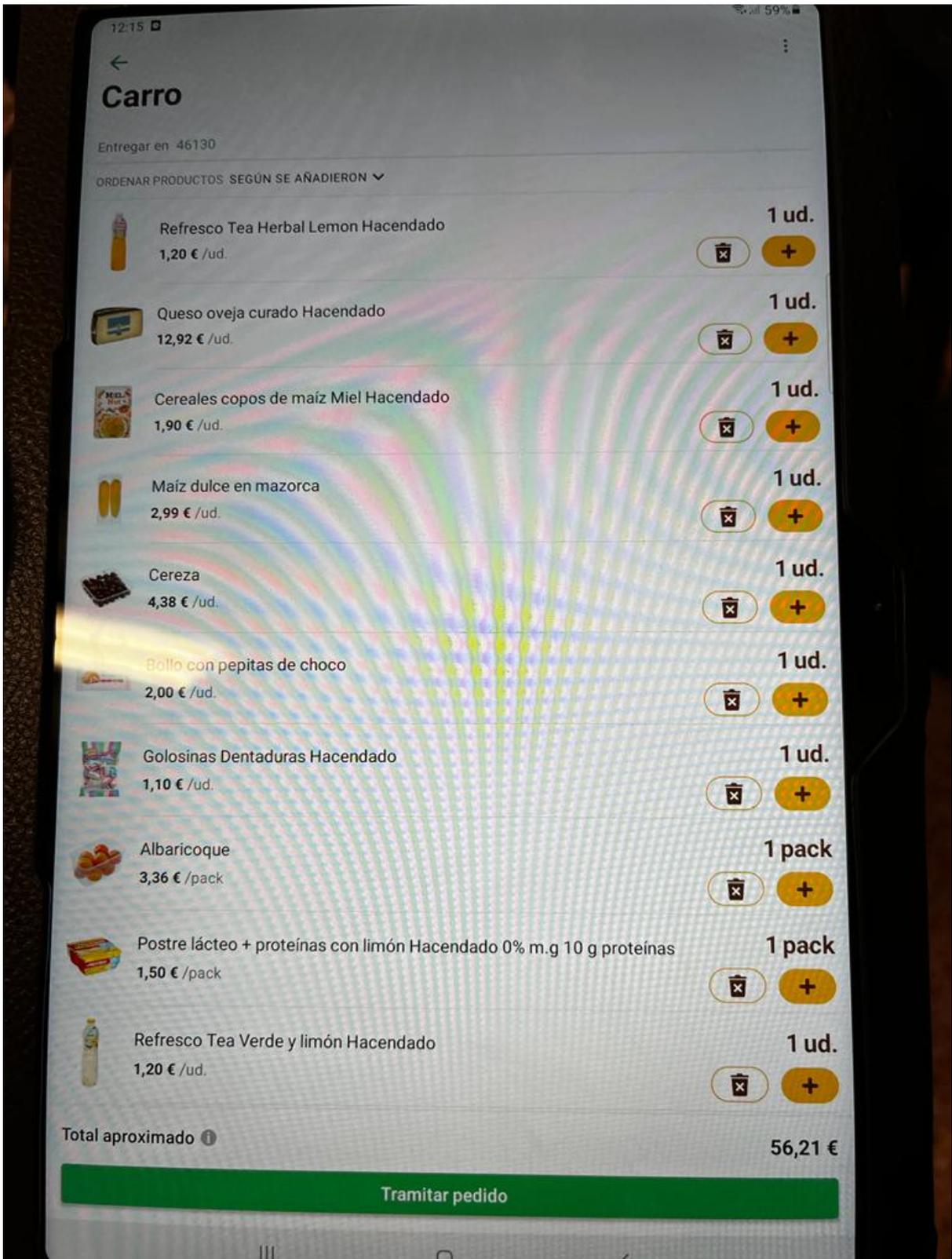
(Elaboración propia)



(Elaboración propia)



(Elaboración propia)



(Elaboración propia)

Anexo 3. Power Point.

Diapositiva 1:



(Elaboración propia)

Diapositiva 2:



(Elaboración propia)

Diapositiva 3:

¿CUÁL ES UN LOGO "SIN GLUTEN"?

1



2



(Elaboración propia)

Diapositiva 4:

¿CUÁL ES UN LOGO "SIN GLUTEN"?

1



2



(Elaboración propia)

Diapositiva 5:

¿CUÁL ES UN LOGO "SIN GLUTEN"?



E. Certificación
Nº de Certificación



(Elaboración propia)

Anexo 4. Resultados del test inicial y final.

<https://docs.google.com/document/d/1NQxWujvEvxpvLt7q9mv4wODD40smGZJKPWivLy8ODb0/edit>

Anexo 5: Actividad 1. Tipo test final

1. ¿Qué crees que es la celiaquía?

- a. Es una enfermedad que afecta a la vida diaria de las personas.
- b. No es una enfermedad.
- c. Es una enfermedad pero la persona puede vivir sin ningún problema.

2. ¿Por qué un Celíaco tiene que seguir una dieta sin gluten?

- a. Porque quiere seguir una dieta.
- b. Para que los alimentos con gluten no le afecten al organismo.
- c. Porque así dejas de ser Celíaco/a.

3. ¿Cuál es el síntoma más frecuente que sufre una persona celíaca si come algún producto con gluten?

- a. Dolor de barriga.
- b. Dolor de cabeza.
- c. Dolor en los riñones.

4. ¿Cuánto gluten puede comer un Celíaco/a sin manifestar síntomas?

- a. Mucho.
- b. Un poco.
- c. Depende del tipo de alergia/intolerancia.

5. ¿Ser Celíaco/a tiene cura?

- a. Con medicación.
- b. Con la dieta.
- c. No tiene cura

6. ¿A qué edad puede aparecer la celiacía?

- a. A cualquier edad.
- b. Cuando somos adultos.
- c. Cuando somos niños.

7. ¿Cuál es una asociación para celíacos/as?



8. ¿Puede haber alguna discriminación para aquellas personas que no puedan consumir gluten?

- a. Sí, pueden aparecer alguna discriminación inconscientemente.
- b. No.
- c. Sí, pero no podemos hacer nada.

9. Selecciona qué logo significa “sin gluten”



10. Marca con una X aquellos productos que creas que puede comer un Celíaco/a.



(Elaboración propia)