Presentaciones Multimedia

Formación de Formadores en Aplicador de Plaguicidas

22CSX2120101

Europa
invierte en las zonas rurales

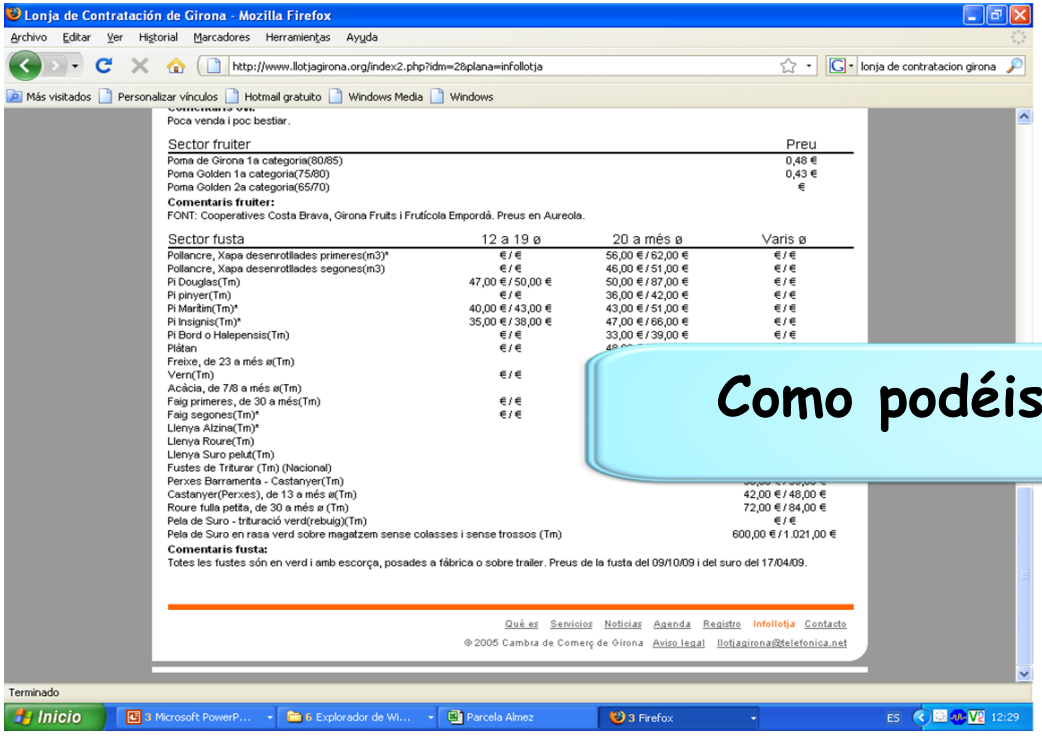
Víctor Ortiz Somovilla
Centro IFAPA Alameda del Obispo, Córdoba
Almería, 4 de octubre de 2022

UNIÓN EUROPEA
Fondo Europeo Agrícola de Desarrollo Rural

Instituto Andaluz de Investigación
y Formación Agraria, Pesquera, Alimentaria
y de la Producción Ecológica
Consejería de Agricultura,
Pesca, Agua y Desarrollo Rural

¿Qué debe ser una presentación?
¿Por qué hacemos una presentación?
Preceptos de una presentación
Qué no debe ser una presentación
Requerimientos de una buena presentación
Componentes de una presentación
- Entorno
- Aspecto, los "errores" más comunes
- El Mensaje: Textos, Gráficos y Tablas, Imágenes, Esquemas o dibujos

Proyecto para una presentación
Hoy hemos aprendido



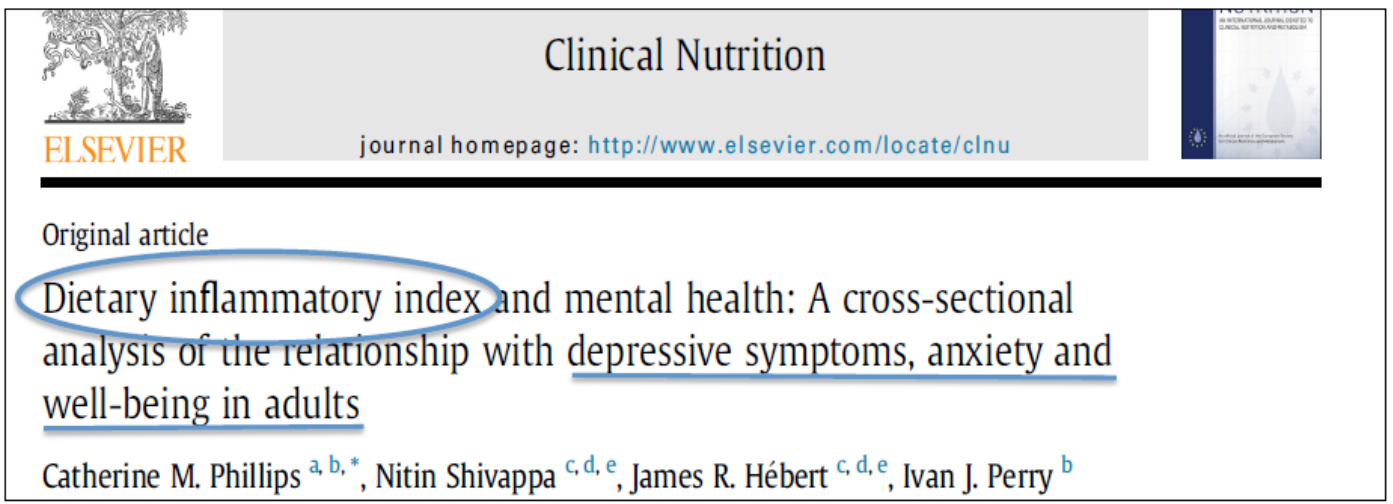
Como podéis ver…, queda claro que…

Un buen trabajo se puede deslucir con una presentación inadecuada

LOS ALIMENTOS MODULAN LA INFLAMACIÓN

Index inflamatorio de los alimentos

(≈2000 estudios científicos)



ELSEVIER

Clinical Nutrition

journal homepage: http://www.elsevier.com/locate/clnu

Original article

Dietary inflammatory index and mental health: A cross-sectional analysis of the relationship with depressive symptoms, anxiety and well-being in adults

Catherine M. Phillips [a, b, *], Nitin Shivappa [c, d, e], James R. Hébert [c, d, e], Ivan J. Perry [b]

Complementary Therapies in Medicine 42 (2019) 19–26

Contents lists available at ScienceDirect

Complementary Therapies in Medicine

journal homepage: www.elsevier.com/locate/ctim

Associations of yoga practice, health status, and health behavior among yoga practitioners in Germany—Results of a national cross-sectional survey

Holger Cramer[a,b,*], Daniela Quinker[a], Karen Pilkington[c], Heather Mason[d], Jon Adams[b], Gustav Dobos[a]

[a] Department of Internal and Integrative Medicine, Kliniken Essen-Mitte, Faculty of Medicine, University of Duisburg-Essen, Essen, Germany
[b] Australian Research Centre in Complementary and Integrative Medicine (ARCCIM), Faculty of Health, University of Technology Sydney, Sydney, Australia
[c] School of Health Sciences and Social Work, University of Portsmouth, Portsmouth, UK
[d] The Minded Institute, London, UK

ARTICLE INFO

Keywords:
Mind-body medicine
Yoga
Public health

ABSTRACT

Background: While yoga can improve health-related variables and health behavior, different yoga styles and practice components appear to be associated with specific health outcomes. The aim of this study was to explore the connection between yoga use, health, and health behaviors across different yoga styles.

Los practicantes de yoga generalmente tienen una **buena salud general** y un **estilo de vida saludable**. Mientras que las **variables** de salud se asocian principalmente con la **práctica de posturas de yoga**, las **conductas** de salud también se asocian con el **estudio de la filosofía del yoga**. Las intervenciones de yoga dirigidas a la **prevención** o a la **promoción de la salud** deben incluir la **filosofía del yoga** para modificar las conductas de salud.

BENEFICIOS DE LA MEDITACIÓN

cultivo de la atención consciente,

reducción del estrés y regulación emocional

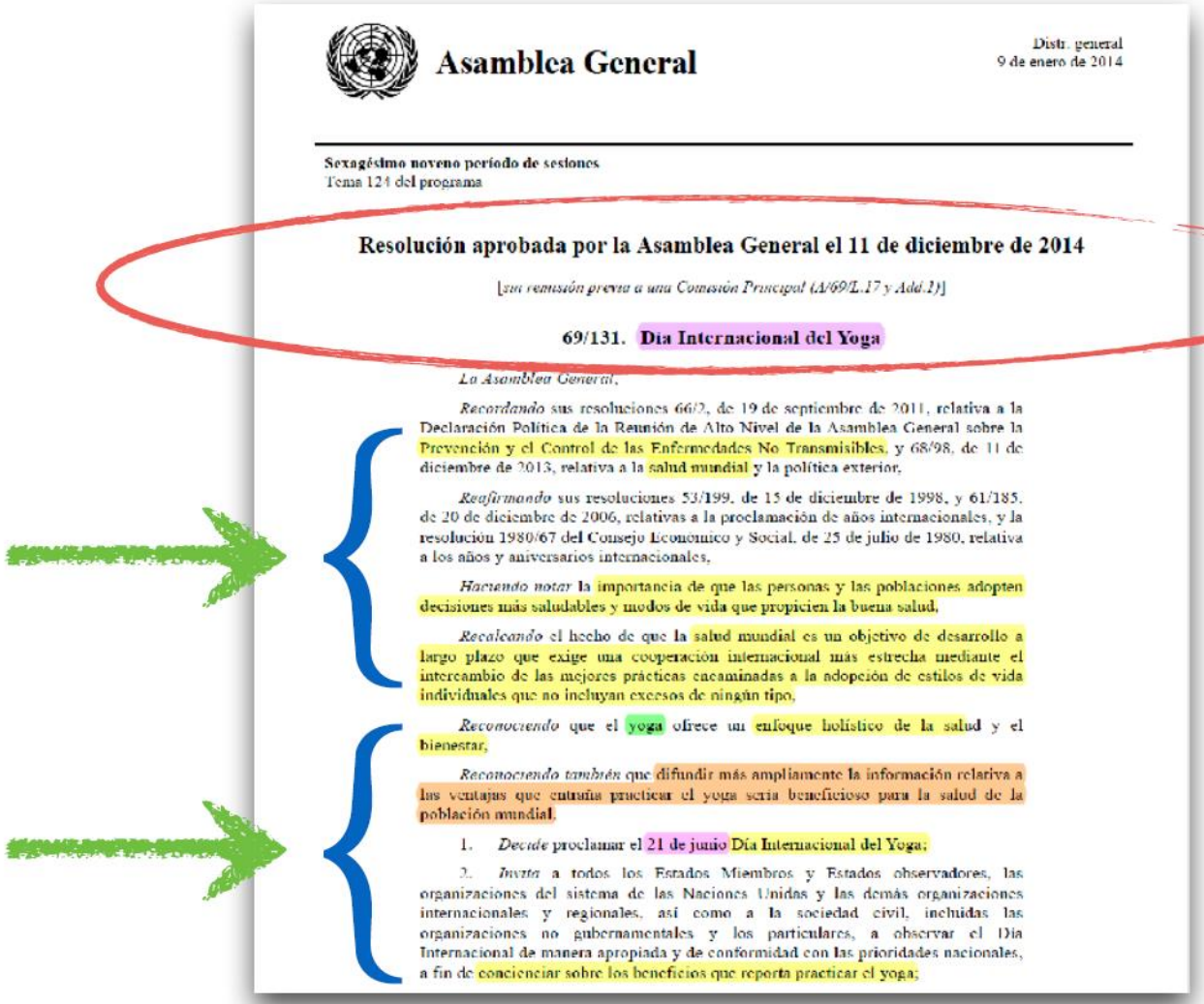
ClinicalTrials.gov
A service of the U.S. National Institutes of Health

PubMed
National Library of Medicine NLM

- Más de 2000 publicaciones científicas en los últimos 5 años
- Más de 300 clinical trials en los últimos 5 años

resistencia al estrés
neuroplasticidad
aprendizaje
memoria
respuesta immunitaria
inflamación
neuroprotección

¿EPIGENÉTICA?



Asamblea General

Distr. general
9 de enero de 2014

Sexagésimo noveno período de sesiones
Tema 124 del programa

Resolución aprobada por la Asamblea General el 11 de diciembre de 2014

[sin remisión previa a una Comisión Principal (A/69/L.17 y Add.1)]

69/131. Día Internacional del Yoga

La Asamblea General,

Recordando sus resoluciones 66/2, de 19 de septiembre de 2011, relativa a la Declaración Política de la Reunión de Alto Nivel de la Asamblea General sobre la Prevención y el Control de las Enfermedades No Transmisibles, y 68/98, de 11 de diciembre de 2013, relativa a la salud mundial y la política exterior,

Reafirmando sus resoluciones 53/199, de 15 de diciembre de 1998, y 61/185, de 20 de diciembre de 2006, relativas a la proclamación de años internacionales, y la resolución 1980/67 del Consejo Económico y Social, de 25 de julio de 1980, relativa a los años y aniversarios internacionales,

Haciendo notar la importancia de que las personas y las poblaciones adopten decisiones más saludables y modos de vida que propicien la buena salud,

Recalcando el hecho de que la salud mundial es un objetivo de desarrollo a largo plazo que exige una cooperación internacional más estrecha mediante el intercambio de las mejores prácticas encaminadas a la adopción de estilos de vida individuales que no incluyan excesos de ningún tipo,

Reconociendo que el yoga ofrece un enfoque holístico de la salud y el bienestar,

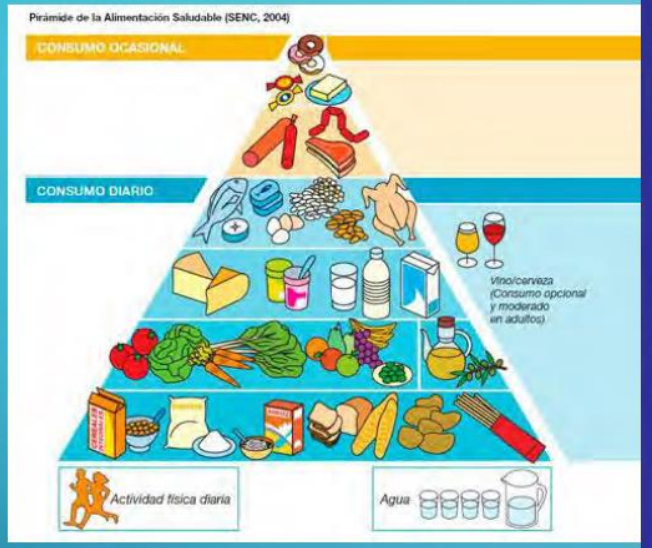
Reconociendo también que difundir más ampliamente la información relativa a las ventajas que entraña practicar el yoga sería beneficioso para la salud de la población mundial,

1. *Decide* proclamar el 21 de junio Día Internacional del Yoga;

2. *Invita* a todos los Estados Miembros y Estados observadores, las organizaciones del sistema de las Naciones Unidas y las demás organizaciones internacionales y regionales, así como a la sociedad civil, incluidas las organizaciones no gubernamentales y los particulares, a observar el Día Internacional de manera apropiada y de conformidad con las prioridades nacionales, a fin de concienciar sobre los beneficios que reporta practicar el yoga;

Por esta razón el Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social y el Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades apuestan por una asistencia sanitaria y una formación universitaria basadas en el conocimiento, la evidencia y el rigor científico. Además, considera necesario proporcionar una información rigurosa a todos los grupos de interés. El cambio cultural y tecnológico favorece el acceso directo de la ciudadanía a la información disponible en redes sociales, en internet, o en otras fuentes de dudosa fiabilidad. [5] Este fenómeno puede además acompañarse de un incremento de la automedicación, eludiendo la prescripción facultativa, que es un requisito necesario para la dispensación de medicamentos con eficacia y con seguridad probada, pero, paradójicamente, no de productos no basados en evidencia científica y que incluso pueden tener un efecto perjudicial para la salud.

EVOLUCION DE LAS PIRÁMIDES RECOMENDADAS



SENC 2004

Pirámide de la Alimentación Saludable

¿Qué debe ser una presentación?

- Una herramienta más a disposición del docente
- Mal planificada, realizada o usada (cosa muy común), puede interferir negativamente, por su potencia, en la comunicación

¿Por qué hacemos una presentación?

- ✓ Para que me entiendan mejor
- ✓ Para que lo recuerden mas fácilmente
- ✓ Para que quede claro lo importante
- ✓ Estructurar los contenidos
- ✓ Hacer ameno el proceso
- ✓ Golpes de efecto para distender

Preceptos de una presentación

- Cada palabra, frase, dato, cifra, imagen,…, se han de incorporar con intención clarificadora, pensando en el receptor y en la utilidad que para él puedan o deban tener

- Debe reforzar las posibilidades de fijar lo importante del contenido y facilitar ser recordado

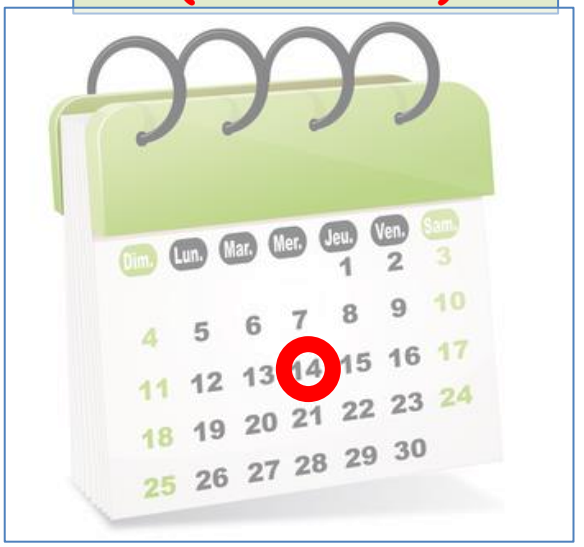
Claridad **Utilidad**

Claridad y utilidad

Control biológico

Suelta progresiva
(Inoculativo)

Suelta de golpe
(Inundativo)



Qué no debe ser una presentación

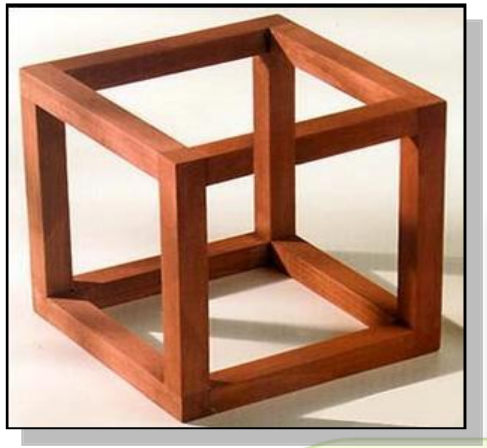
- ✓ El contenido de todo lo que sabemos
- ✓ El contenido de todo lo que queremos transmitir
- ✓ Solamente un guion
- ✓ El contenido de todas nuestras fotos y archivos
- ✓ Los apuntes del curso
- ✓ Lo que el orador lee en su presentación

La presentación no es el objetivo en si misma, es *solo* una herramienta

Ante el miedo a no recordar

- ✓ <u>Agregar notas</u>:
  - ✓Parte baja del documento PPT
  - ✓Letras grandes y bien claras
  - ✓Lo más difícil de recordar
  - ✓Datos importantes
  - ✓Imprimir como documento de mano

- ✓ Elaborar GUION de mano con lo esencial



Requerimientos de una buena presentación

- **Comprensible**
  - Adaptada al receptor
  - Sin distorsiones
- **Clara**
  - Legible y fácil de interpretar y sin posibilidad de confusiones
- **Visible**
- **Ajustada a tiempo y objetivos**
- **Amena**

Requerimientos de una buena presentación

Lo recomendable para nuestros cursos

- No mas de 25 pantallas por sesión
- Clara y con contraste para evitar oscurecer el aula
- Acompañada de documentos impresos

Requerimientos de una buena presentación

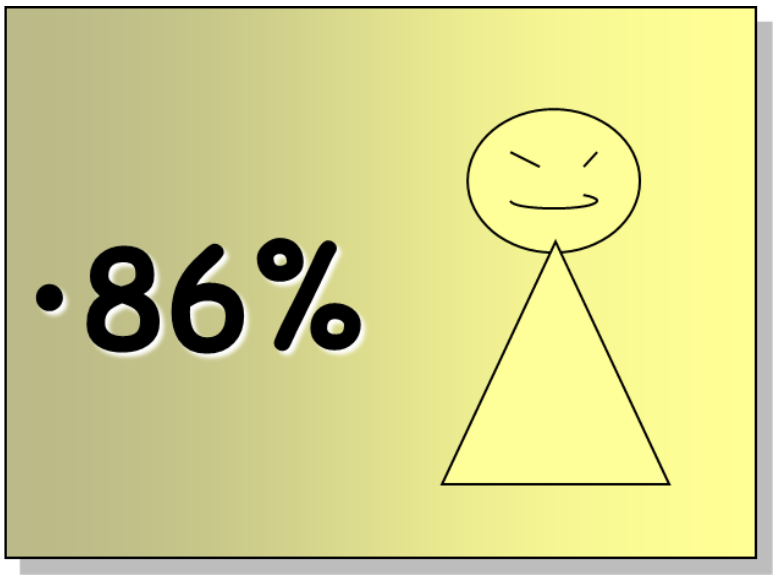
Para jornadas o ponencias

- ✓ No más de 1 pantallas por cada 2 minutos
- ✓ Muy concisa y "al grano"
- ✓ Resumen muy concreto

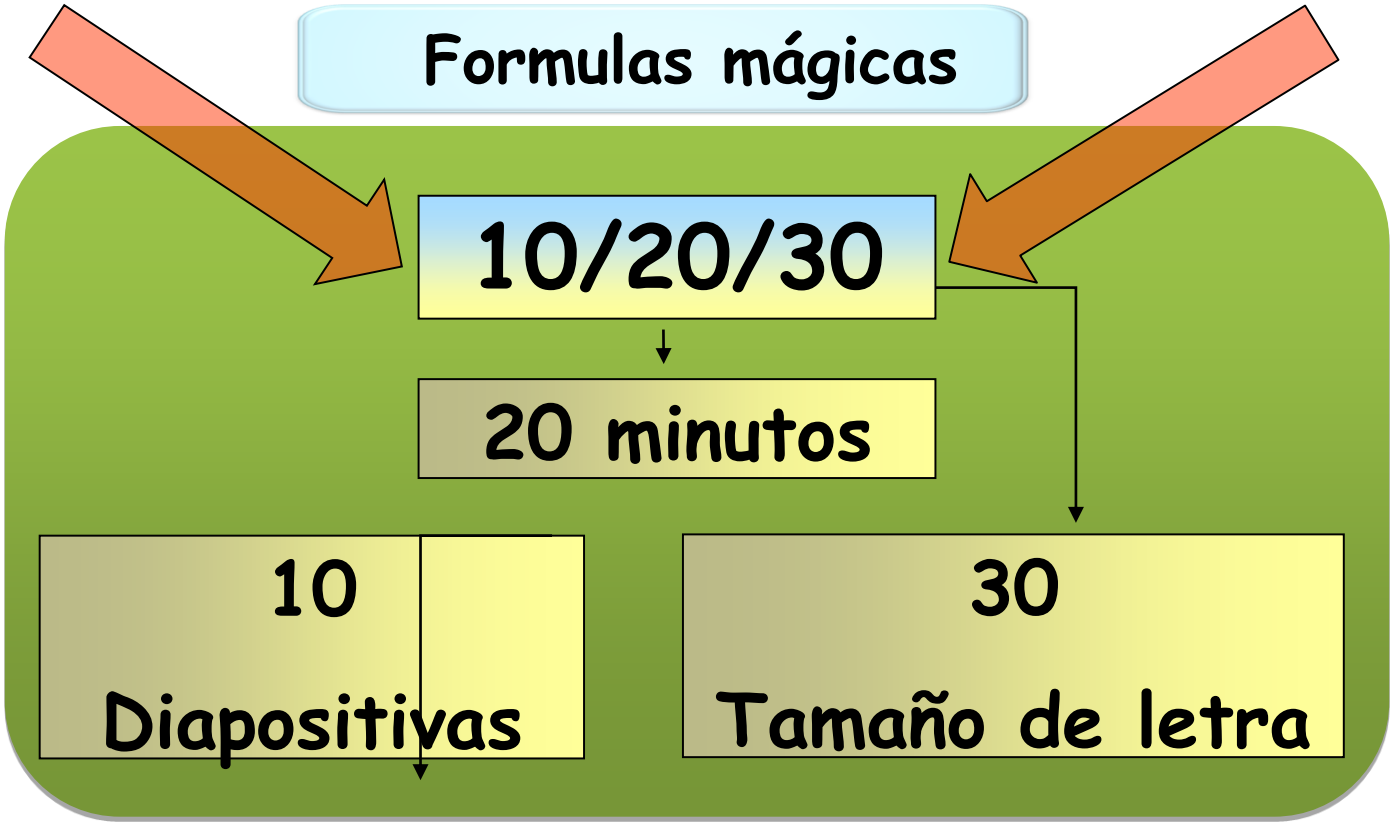
Requerimientos de una buena presentación

Dos formas de dar un mensaje

El 86% de las mujeres japonesas están satisfechas con el trabajo que realizan tanto el hogar como en sus puestos respectivos en las empresas.



Requerimientos de una buena presentación



Requerimientos de una buena presentación

Lo que debe verse en una pantalla:

- Una idea
- Una imagen
- Un concepto
- Un dato clave
- Una frase clave
- Un nº, una cifra

Lo que debe oírse:

- (No leer lo que se ve)
- Enfatizar
- Comparar
- Resaltar
- Complementar
- Desarrollar

Componentes de una presentación

- **Entorno** (Aspecto)
  - Fondo
  - Indicadores:
    - Flechas ⇒
    - Enmarcadores
    - Etc. ♣
- **Mensaje**

Institucional

Libre

Requerimientos:

- Suaves.
- Relajantes.
- Con contraste
- No competitivos con el mensaje

Entorno (algún ejemplo)

Fondos lisos o ligeramente degradados

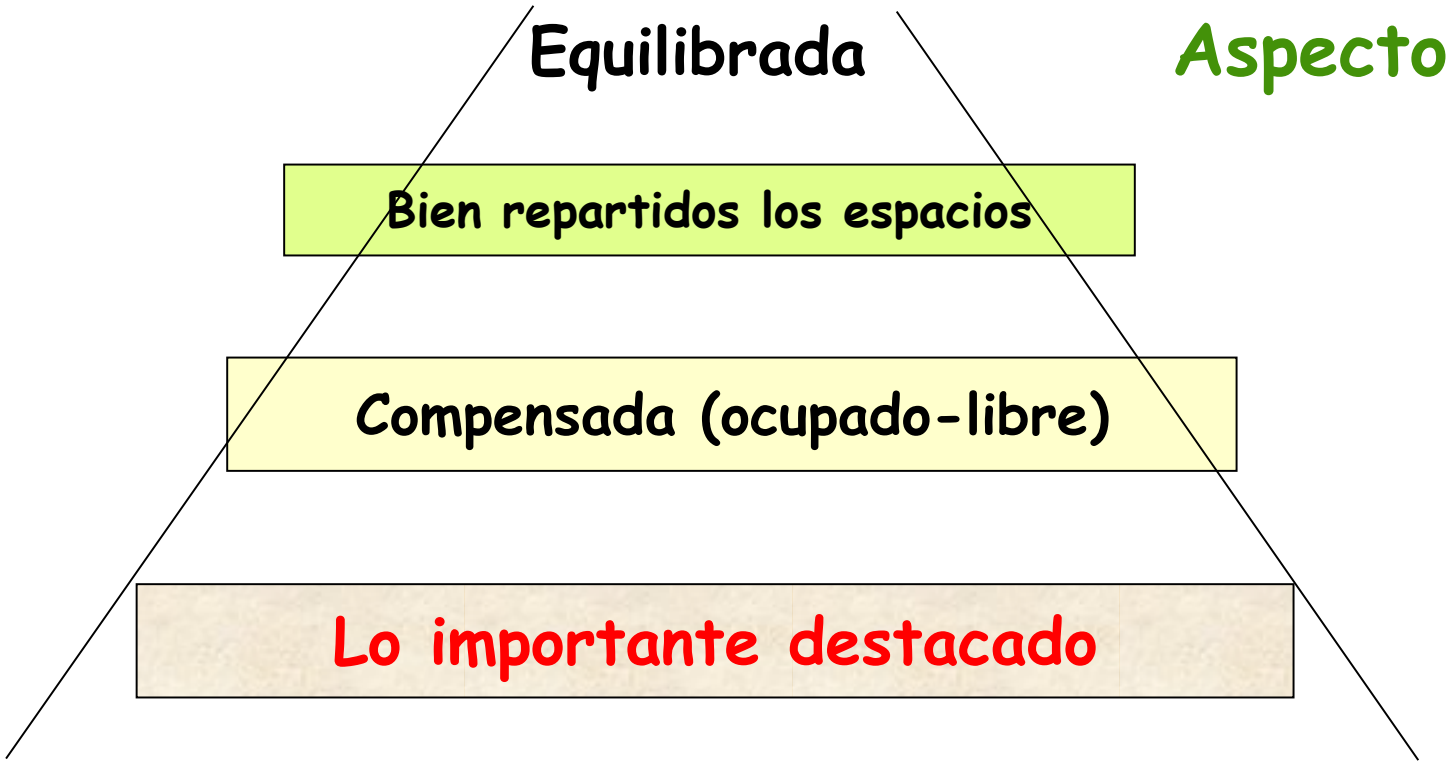
Colores pastel (suaves)

Entorno (algún ejemplo)

Entorno (algún mal ejemplo)

Duelen los ojos y la cabeza, dan mareos y otras lindezas, todo en menos de 5 minutos

Resultado: DEJAMOS DE MIRAR


Equilibrada
Aspecto
Bien repartidos los espacios
Compensada (ocupado-libre)
Lo importante destacado

Aspecto (Los "errores" más comunes)

Desequilibrada

Mal repartidos los espacios

Descompensada (ocupado-libre)

Lo importante **no destaca**

Aspecto (Los "errores" más comunes)

Desequilibrada

Mal repartidos los espacios

Descompensada (ocupado-libre)

Lo importante **no destaca**

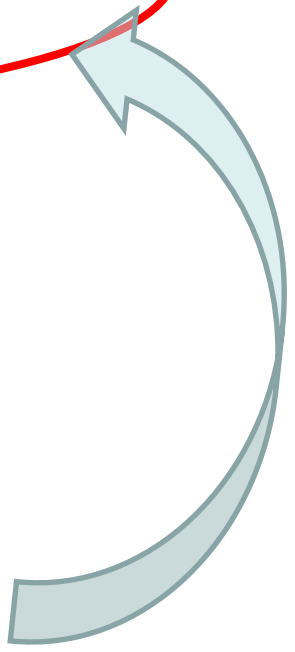
Esto tampoco

Pues está claro NO HACERLO
Un poco de equilibrio, ¡por favor!

Aspecto (Los "errores" más comunes)

Equilibrada

- Bien repartidos los espacios
- Compensada (ocupado-libre)
- Lo importante no destaca (Resalta mas el título)



El Mensaje

- Textos
- Gráficos y tablas
- Imágenes fijas

- Sonido.
- Efectos.
  - Animación

No abusar

El Mensaje (Textos)

Encabezamiento

Epígrafes

De aspecto usual al receptor

Corto y conciso

Máximo 5 - 6 referencias

Secuenciado (fijar atención)

El Mensaje: corto y conciso

Índice de niebla de Guning

- Sobre un fragmento de 100 palabras:
  - A).-Longitud de frases: Nº palabras/Nº frases
  - B).-% palabras complejas: + 3 sílabas
  - Sumar A+B
  - Multiplicar por 0'4
  - Menos de 7-8, Sencillo
  - Más de 12, complicado de leer

El Mensaje: corto y conciso

Prueba de legibilidad de Flesch-Kincaid

$$206,835 - 1,015\left(\frac{\text{Nº total de palabras}}{\text{Nº total de oraciones}}\right) - 84,6\left(\frac{\text{Nº total de sílabas}}{\text{Nº total de palabras}}\right)$$

Puntuación	Descripción
90,0–100,0	Un estudiante medio de 11 años puede entender el texto sin esfuerzo.
60,0–70,0	Un estudiante medio de 13 a 15 años puede entender el texto sin esfuerzo.
0,0–30,0	Universitarios graduados entienden mejor el texto.

El Mensaje (Textos)

De aspecto usual al receptor

¿Qué lee?:

- Prensa
- Etiquetas
- "Pies" en TV
- ¿Con foto?

El Mensaje (Textos)

Cortos y concretos

El Mensaje (Textos)

124. CRECIMIENTO DE LAS PALMERAS

Conforme las palmas crecen y mueren, forman un alargado estipe, junto con el tejido fundamental -la "bola" se estira hacia el exterior. La parte superior de la "bola" todavía permanece meristemática [M], y la extensión del meristemo hacia abajo desde la copa, variará enormemente en diferentes especies de palmeras. La muerte natural de las palmas es un buen indicador de donde terminan los meristemos [K]. Debido a que las palmas se producen en posición vertical, el meristemo central [M] puede estar 1 mt., e incluso más, por debajo de la punta de las hojas. El engrosamiento del estipe por debajo del meristemo tiene lugar cuando las células producidas por dicho meristemo crecen y maduran. La porción baja del meristemo de la palmera permanece en la misma posición, produciendo continuamente nuevas raíces [R]. En algunas palmeras el meristemo de la raíz continúa expandiéndose hacia arriba [T], formándose pequeñas raíces. Las palmeras que presentan esta capacidad son aquellas que tolerarían una plantación profunda. Muchas palmeras tolerarán una plantación profunda, pero esto no quiere decir que obtengan algún beneficio por ello. Los suelos deficientes en manganeso causan un problema denominado "copa rizada". Las hojas jóvenes y los meristemos pueden ser infectados por organismos parecidos a micoplasmas que los matarán rápidamente -Amarilleo letal.

El Mensaje (Textos)

Aporta la información en dosis fácilmente asimilables

- No introduzcas demasiadas ideas de golpe en una misma diapositiva.

¿Quién le hinca el diente a esto?

El Mensaje (Textos)

Letra

- Minúscula.
- Mayúscula en títulos ¿¿¿

Formato

- Negrita.
- Colores (Para resaltar)
- Subrayado (Para resaltar)
- Adaptado al aula y al equipo

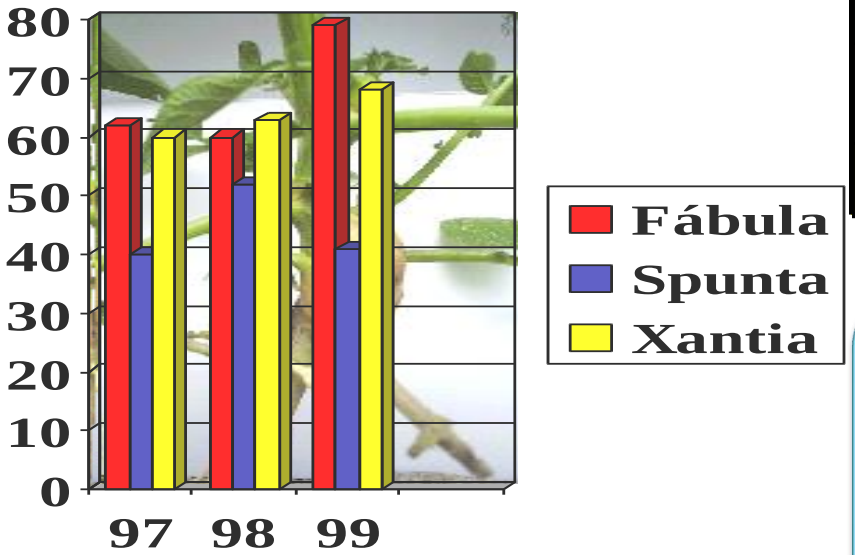
Tamaño

32, 28, 24, 20, 18, 16, 14, 12, 10

El Mensaje (Gráficos y Tablas)

No se trata de números

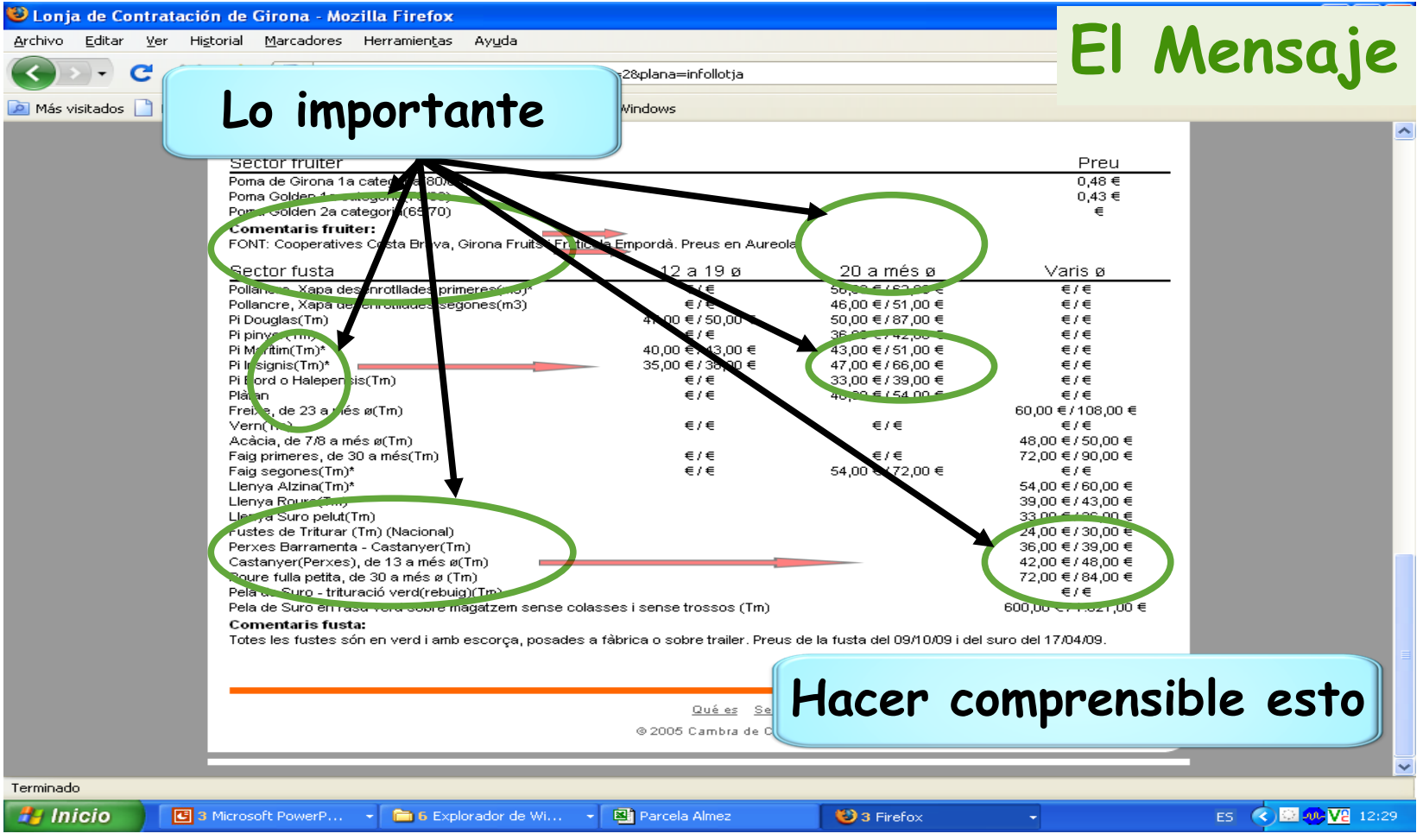
Es lo que significan



Producción Fábula/Testigo

Variedad	97	98	99
Spunta (T)	5ª	3ª	5ª
Fábula	1ª	2ª	1ª
Xantia	2ª	1ª	3ª

- Muy claros.
- Pocos parámetros
- Bien diferenciado el mensaje


El Mensaje
Lo importante
Hacer comprensible esto
Lonja de Contratación de Girona - Mozilla Firefox
Archivo Editar Ver Historial Marcadores Herramientas Ayuda
Más visitados
Windows
Sector fruiter
Preu
Poma de Girona 1a categoria(65/70)
0,48 €
Poma Golden 1a categoria(65/70)
0,43 €
Poma Golden 2a categoria(65/70)
€
Comentaris fruiter:
FONT: Cooperatives Costa Brava, Girona Fruits, Fruticola Empordà. Preus en Aureola
Sector fusta
12 a 19 ø
20 a més ø
Varis ø
Pollancre, Xapa de enrotllades segones(m3)
46,00 € / 51,00 €
Pi Douglas(Tm)
50,00 € / 87,00 €
Pi Marítim(Tm)*
40,00 € / 43,00 €
43,00 € / 51,00 €
Pi Insignis(Tm)*
35,00 € / 38,00 €
47,00 € / 66,00 €
Pi Pinyer o Halepensis(Tm)
33,00 € / 39,00 €
Plàtan
Freixe, de 23 a més ø(Tm)
60,00 € / 108,00 €
Acàcia, de 7/8 a més ø(Tm)
48,00 € / 50,00 €
Faig primeres, de 30 a més(Tm)
72,00 € / 90,00 €
Faig segones(Tm)*
54,00 € / 72,00 €
Llenya Alzina(Tm)*
54,00 € / 60,00 €
Llenya Suro pelut(Tm)
Fustes de Triturar (Tm) (Nacional)
24,00 € / 30,00 €
Perxes Barramenta - Castanyer(Tm)
36,00 € / 39,00 €
Castanyer(Perxes), de 13 a més ø(Tm)
42,00 € / 48,00 €
Roure fulla petita, de 30 a més ø (Tm)
72,00 € / 84,00 €
Pela de Suro en rasa vora sobre magatzem sense colasses i sense trossos (Tm)
Comentaris fusta:
Totes les fustes són en verd i amb escorça, posades a fàbrica o sobre trailer. Preus de la fusta del 09/10/09 i del suro del 17/04/09.
Qué es
© 2005 Cambra de C
Terminado
Inicio
3 Microsoft PowerP...
6 Explorador de Wi...
Parcela Almez
3 Firefox
ES
12:29

Lonja de Girona WWW. ¿¿¿¿¿
Precios Sep.2009

"Al grano "

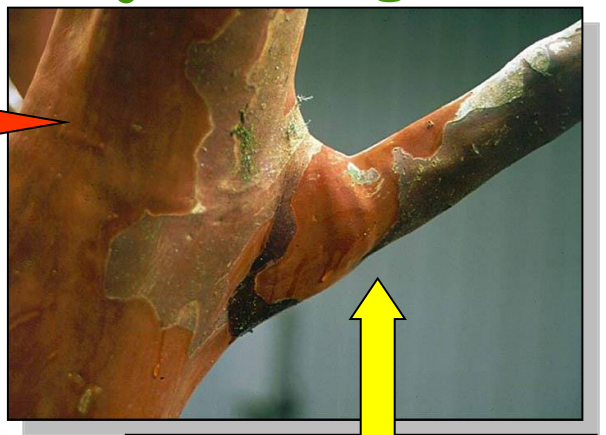
Madera	> 20 Ø	Producción %	
		Chopo	Plátano
Chopo para desenrollo 1ª	56-62 €/M³	30	
Chopo para desenrollo 2ª	46-51 €/M³	30	
Plátano	48-54 €/M³		90
Para triturado	24-30 €/Tm	40	10

Cálculos numéricos en pizarra con sus datos

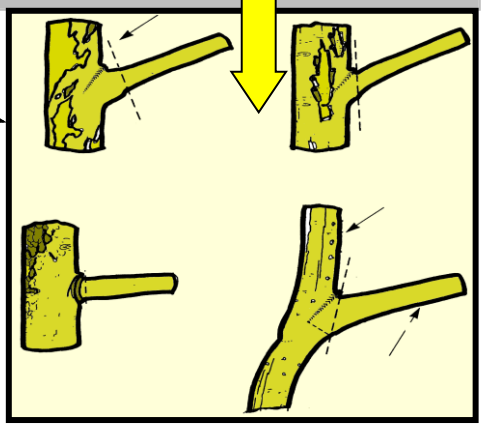
El Mensaje (Imágenes)

Solo las necesarias

- **Reales**



- **Gráficas**
- **Animadas:**
  - * Infografías
  - * Videos

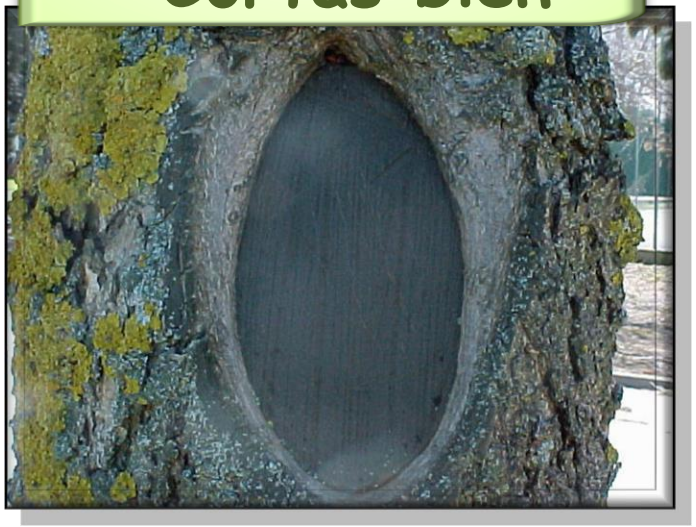


Úsalas para impactar

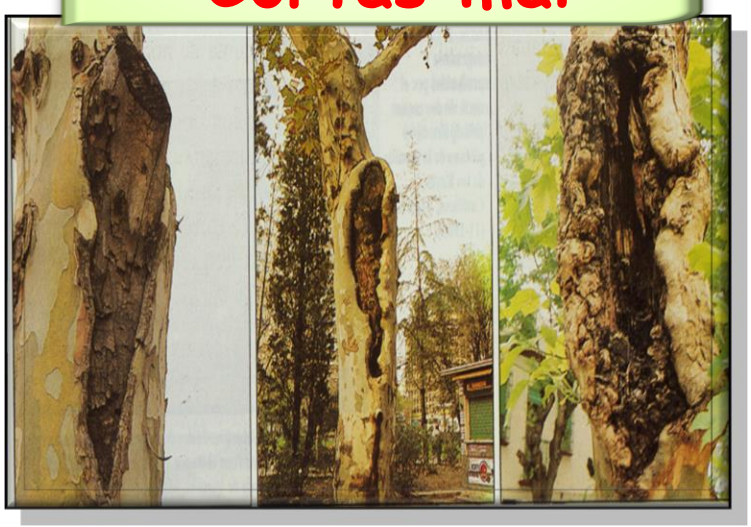
Mensaje (Imágenes)

¿Qué pasa si … ?

Cortas bien

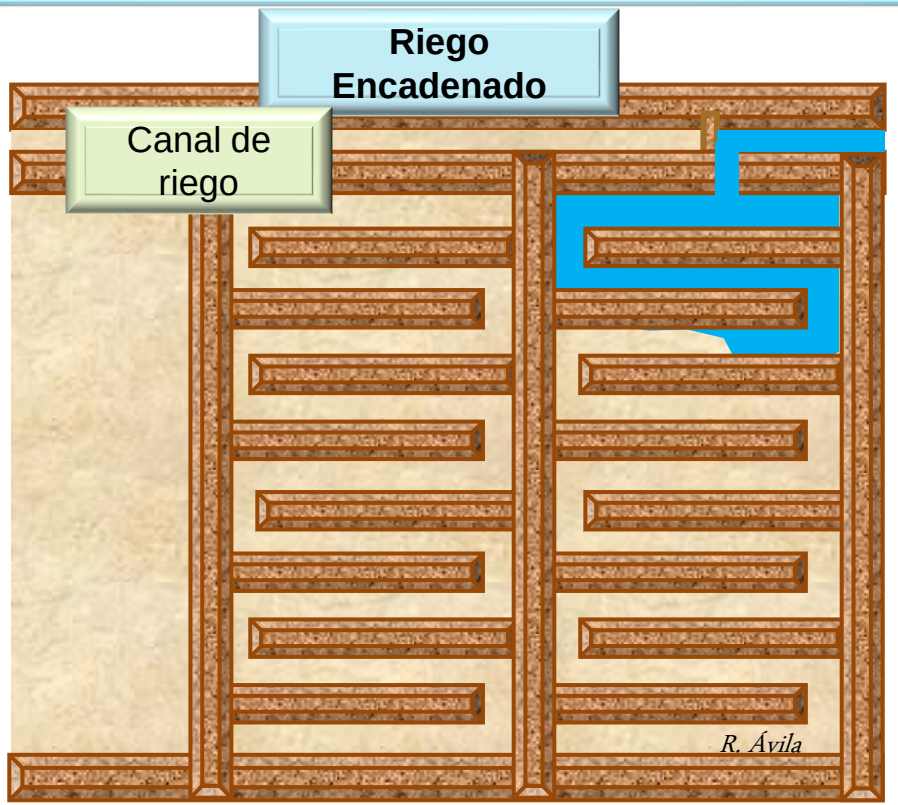


Cortas mal



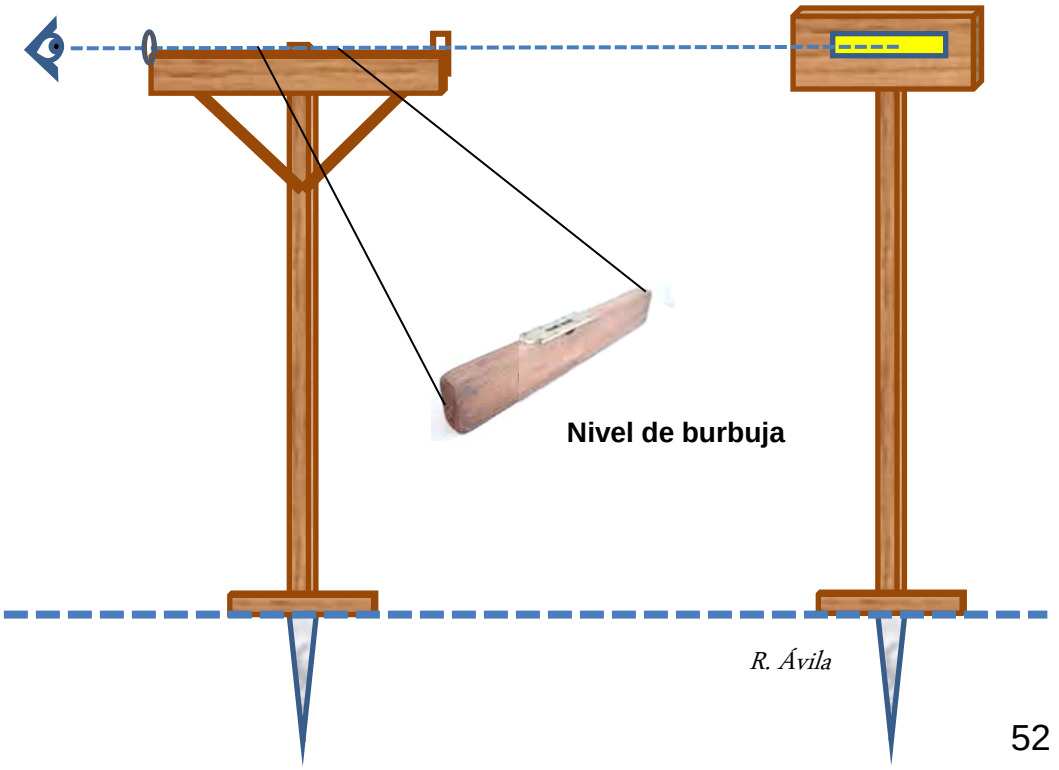
Esquemas o dibujos

A veces más comprensibles que objetos reales



Esquemas o dibujos

A veces para describir procesos



Imágenes: Una imagen una intención

Poda de rosales remontantes

Imágenes: Una imagen una intención

¿Hay que enterrar el PVC?

Imágenes: Una imagen una intención

Problema de raíces y tuberías

La Potencia de la Imagen

Mensaje visual:
(Ilustrativo o comparativo:
- Mas grueso.
- Mas blanco.
- Mas fino.
- No visto.
- DETALLE

Imágenes animadas

Nudo "as de guía"

Imagen animada

La ayuda. Partes esenciales

1ª.-Portada:
- Evento, título y créditos

- 2ª.-Resumen de contenidos
- Siguientes.-Desarrollo
- Penúltima.-Resumen
- Última.-Pantalla de cierre:
  - Créditos, direcciones y teléfonos (si procede)

Proyecto para una presentación

Previo a la realización de la presentación

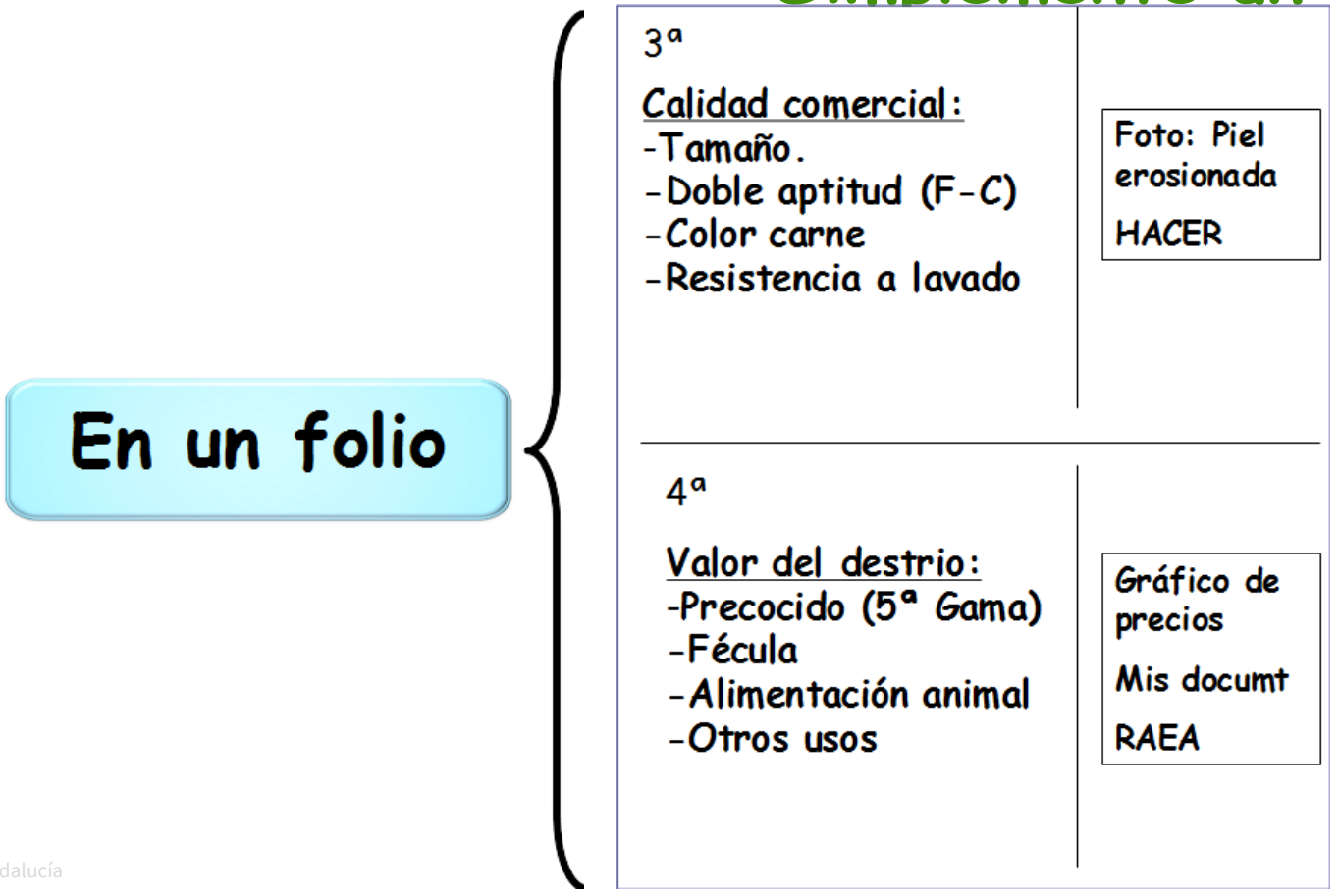
Condicionantes: (Al menos examen mental)

- Objetivos
- Duración
- Auditorio (Nivel de conocimiento previo sobre el tema, número de asistentes, …
- Espacio físico (aula, salón de actos …)

GUIÓN EN PAPEL

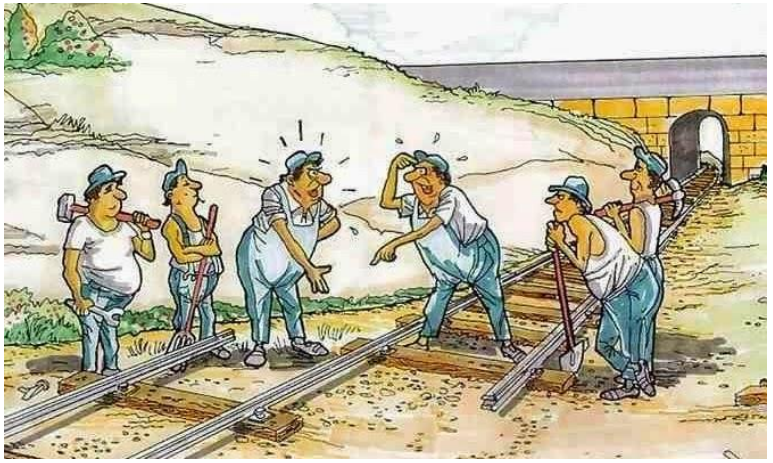
AHORA, AL ORDENADOR

Simplemente un folio



Proyecto-Guion

Importantísimo en presentaciones realizadas en equipo



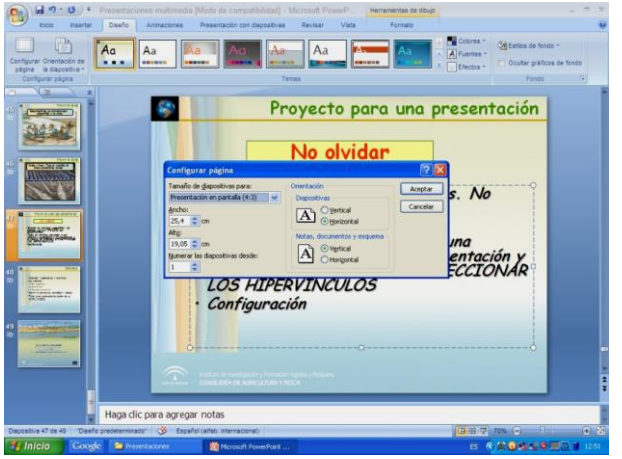
Formato de diapositiva
Fondo
Tipos y tamaño de letra
Cabecera
….

Algunos programas para hacer presentaciones
visme
HAIKU DECK
emaze
Prezi
Keynote
Ludus
slides
slidebean.
ZOHO
PowToon
Canva
Genially
GoAnimate
Google Slides
FlowVella

Proyecto para una presentación

No olvidar

- *Guardar en versiones compatibles. No sabemos con qué VERSIÓN nos encontraremos*
- *Todos los archivos vinculados a una carpeta y acompañarla a la presentación y al cambiar de ordenador REDIRECCIONAR LOS HIPERVINCULOS*
- *Configuración:*
  - *La misma que en nuestro PC*
- *Por si acaso, en PDF*



Hoy hemos aprendido

✓Requisitos de una buena presentación:
✓ *Claridad, precisión y utilidad*

✓No saturar:
- Con imágenes
- Contenidos
- Exceso de pantallas

✓Hacer la percepción agradable y amena

✓Toda buena presentación parte de un buen guión (bien pensado)

Y a hora os toca trabajar

a) Presentación

b) Preguntas de examen, al menos cinco, con 4 respuestas alternativas

c) Ejercicio práctico

Muchas gracias por su atención

victor.ortiz@juntadeandalucia.es
Centro Ifapa Alameda del Obispo (Córdoba)
Avda. Menéndez Pidal s/n 14004 Córdoba

IFAPA Instituto de Investigación y Formación Agraria y Pesquera

Junta de Andalucía

Consejería de Agricultura, Pesca, Agua y Desarrollo Rural

Instituto Andaluz de Investigación y Formación Agraria, Pesquera, Alimentaria y de la Producción Ecológica

www.ifapa.es