



UGR

Universidad
de **Granada**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA
EDUCACIÓN. GRADO EN EDUCACIÓN
PRIMARIA. MENCIÓN EN EDUCACIÓN
FÍSICA.**

Proyecto de Intervención de Primeros Auxilios
en 3er Ciclo de Educación Primaria.

Jessica Moya Millán

19/05/2016

Resumen:

Aquí presento un Proyecto de Intervención de Primeros Auxilios en el que quiero enseñar los conceptos y habilidades básicas de Primeros auxilios a los alumnos de 5º y 6º de Primaria del CEIP Gómez Moreno (Granada). El proyecto va a estar formado por un conjunto de seis sesiones, la mayoría prácticas, en las que vamos a realizar una serie de actividades que mostrarán a los alumnos cómo actuar en caso de que se produzcan esos tipos de accidentes.

Curso académico 2015/2016

ÍNDICE

1. Introducción, justificación o estado de la cuestión.....	2
2. Análisis de necesidades y priorización de las mismas	4
3. Establecimientos de objetivos.....	8
4. Población beneficiaria del programa.....	8
5. Diseño de la evaluación.....	10
6. Temporalización.....	11
7. Diseño de la intervención.....	12
8. Conclusión.....	20
9. Referencias bibliográficas	20

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1. Cronograma del proyecto de intervención	23
anexo 2. Rúbrica del profesorado	24
anexo 3. Rúbrica del proyecto.....	25
Anexo 2. Cuestionario de ideas previas y cuestionario de la sesión 1.	26
Anexo 3: Cuestionario de la sesión 2.	28
Anexo 4: Cuestionario de la sesión 3.	29
Anexo 5: Cuestionario de la sesión 4.	30
Anexo 6: Cuestionario de la sesión 5.	31
Anexo 7: Cuestionario final y cuestionario de valoración personal.	32
Anexo 8: Cuaderno de actividades de la sesión 3.	34
Anexo 9: Solución de las actividades de las sesión 3.	36

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Sesión 1.....	13
Tabla 2.Sesión 2.....	14
Tabla 3. Sesión 3.....	16
Tabla 4. Sesión 4.....	17
Tabla 5. Sesión 5.....	18
Tabla 6. Sesión 6.....	19
Tabla 7. Cronograma de actividades.....	23
Tabla 8 y 9. Rubricas de evaluación.....	24 y 25

1. Introducción, justificación o estado de la cuestión

Tener conocimientos básicos de Primeros Auxilios puede ser un factor clave para salvar vidas. Los Primeros Auxilios nos ayudan a evitar que se agrave un accidente o en el peor de los casos, mantener a la persona con vida hasta que llegue la ayuda médica profesional.

Según el Programa de Detención de Accidentes Domésticos (DADO) (2007), realizado por el Instituto Nacional de Consumo en el año 2004 se produjeron en España 1.671.956 accidentes en los hogares y en actividades de esparcimiento que requirieron atención sanitaria.

Uno de los grupos más vulnerables a los accidentes son los niños. Debido a su curiosidad natural, a sus ganas de experimentar, a su tendencia natural de imitar a los adultos, a su falta de experiencia y a la inconsciencia del riesgo que conllevan determinadas acciones están expuestos a numerosos peligros.

En España, según las estadísticas anuales de la OMS (1996-2000) las principales causas de mortalidad infantil por lesiones (0-14 años) son por orden de importancia: accidentes por vehículos a motor, otras lesiones no intencionadas, ahogamientos, caídas, fuego, intoxicaciones o envenenamientos y suicidio.

Podemos ver que los accidentes infantiles en niños entre 1 y 14 años son la principal causa de muerte en países desarrollados y la causa más frecuente de consulta en los Servicios de Urgencias. Sin embargo, la mayoría de estos accidentes son previsibles y por tanto debemos evitarlos.

Los niños pasan gran parte de su tiempo en el colegio, así que qué mejor lugar para adquirir los conocimientos básicos de Primeros Auxilios.

Por ello, quiero desarrollar esta propuesta de intervención en el centro, con la que los alumnos puedan aprender los conceptos básicos de primeros auxilios y así intentar prevenir los accidentes, o en el peor de los casos que estén preparados ante cualquier accidente que se pueda producir en las aulas y fuera de ellas.

2. Análisis de necesidades y priorización de las mismas

Según datos del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, basados en estadísticas anuales de la Organización Mundial de la Salud (1996-2000), casi 6 millones de personas murieron en el mundo a consecuencia de lesiones en el año 2002 y se cree que en el año 2020 serán 8.4 millones los fallecidos por esta causa, aumentando la gravedad de las lesiones en todas las poblaciones.

Para los niños, el colegio es su segundo hogar, ya que es donde pasan gran parte del día. Por eso debe ser un lugar seguro y contar con las medidas necesarias para prevenir accidentes.

Es muy difícil que todos los niños y niñas estén vigilados al mismo tiempo, ya que son muchos y los maestros no pueden estar pendientes de todos. Por eso hay que enseñarles a prevenir los accidentes, y en el caso de que no se puedan prevenir, hay que mostrarles cómo actuar en el caso de que se produzca alguno.

Aunque parezca que puede ser un tema de gran dificultad para los alumnos, y que sólo se debería formar a los adultos, no es así. Los primeros auxilios es una temática relevante que se debería enseñar en todos los colegios desde edades tempranas para tener preparados a los niños desde que son pequeños y puesto que son ellos los que más pueden prevenir sus accidentes.

El patio de recreo suele ser el lugar donde más caídas y golpes se producen, ya que es donde los niños juegan, corren, saltan, etc, y donde generalmente practican la Educación Física.

En el patio podemos encontrar escaleras, muros, árboles, vallas, columpios de gran altura, que pueden ser los principales causantes de los accidentes.

El primer concepto que debemos tener en cuenta y que vamos a enseñar a nuestros alumnos es Según Cruz Roja Española (2008) “La Conducta PAS”. Las siglas PAS significan, Proteger, Alertar y Socorrer.

1º Proteger: proteger el entorno para evitar que se produzcan nuevos accidentes.

2º Avisar o alertar: si el accidentes no lo podemos solucionar nosotros mismos hay que avisar a alguien (preferentemente que tenga conocimientos en primeros auxilios) para que nos ayude o en el caso de que el accidente sea muy grave hay que avisar a los servicios de urgencias o “112”.

3º Socorrer: Lo primero es comprobar los signos vitales de la víctima, es decir, comprobar si está consciente y si respira, si no respira normalmente habrá que pasar a realizar la maniobra de reanimación cardiopulmonar (RCP), se explicará detalladamente más adelante.

Los contenidos más comunes de primeros auxilios Según Cruz Roja Española (2008) y que serán los que vamos a enseñar a nuestros alumnos, ya que son los accidentes más cotidianos son los siguientes: atragantamientos, caídas, golpes, cortes, heridas, hemorragias, intoxicaciones, quemaduras, reanimación cardiopulmonar, y botiquín, pero yo he decidido añadir el tema de los terremotos y los incendios ya que me parece un tema importante.

Según Cruz Roja Española (2008);

- Atragantamientos: Hay que empezar por evitar que niños menores de tres años jueguen con juguetes u objetos pequeños y además mantener lejos de su alcance piezas de menos de tres centímetros. Hay que comer y masticar bien los alimentos antes de tragarlos. No se debe dejar que los niños hagan otras actividades como jugar, correr, etc mientras comen. En caso de atragantamiento con obstrucción de la vía aérea incompleta se le anima a la victima a toser para que expulse el cuerpo extraño, en caso contrario, si la obstrucción de la vía aérea es completa se pasará a realizar la maniobra de Heimlich.
- Caídas y golpes: Las lesiones más comunes son las contusiones, las lesiones articulares, incluso la fractura de algún hueso. Cuando la zona se inflama o aparece hinchazón indica que ha habido un traumatismo local interno, que suele acompañarse de dolor más o menos intenso. Lo aconsejable es mantener en reposo la zona afectada, sin moverla, y aplicar frío local para calmar el dolor. Si tras un golpe en la cabeza la persona sangra por el oído, tiene vómitos o pierde el conocimiento, pide ayuda cuanto antes: llama al 112.

- Cortes y heridas: Hay que enseñar a los niños a tener cuidado con los objetos punzantes o cortantes que puedan encontrar. Antes de curar una herida hay que lavarse bien las manos con agua y jabón. A continuación hay que lavar la herida con agua y jabón o con suero fisiológico para arrastrar toda la suciedad, luego aplicar con una gasa estéril un desinfectante yodado sobre la herida. Por último hay que tapar la herida con una gasa estéril sujeta con una venda o esparadrapo.
- Hemorragias: Cuando se produce una hemorragia lo importante es que se mantenga la calma y se tranquilice la herida. Hay que sentar a la persona en una silla o tumbarla en el suelo por si se desmaya. A continuación hay que cubrir la herida con una gasa o paño limpio y presionarla durante al menos diez minutos. Si las gasas se empapan no se deben retirar, si no colocar otra encima y seguir presionando. Hay que pedir ayuda médica o acudir a un hospital si ves que continúa saliendo sangre. Dentro de hemorragias daremos los tipos de vendajes.
- Intoxicaciones: Hay que mantener los productos tóxicos, los medicamentos, bebidas alcohólicas, etc fuera del alcance de los niños. Se deben guardar los alimentos adecuadamente y revisar las fechas de caducidad. Cuando se tome o se sospeche que se ha tomado algún producto tóxico hay que llamar rápidamente al Instituto Nacional de Toxicología. No se debe provocar el vómito ni administrar comidas ni bebidas a no ser que te lo indique el personal especializado. Si te aconsejan que acudas que vayas al hospital debes llevar toda la información que tengas sobre el producto.
- Quemaduras: Se debe enseñar a los niños a utilizar el fuego y al peligro que este conlleva. Cuando se manipulan objetos eléctricos nos debemos asegurar que están desenchufados. No sobrecargar enchufes conectando a la vez varios aparatos. Lo primero que debemos hacer ante una quemadura es retirar la fuente de calor que la ha causado. Hay que enfriar la quemadura rápidamente bajo un chorro de agua fría al menos durante 10 o 15 minutos. Si el dolor continua, aparecen ampollas, la zona quemada tiene aspecto de estar carbonizada, o cuando la herida es mayor al tamaño de la palma de la mano de la víctima hay que acudir rápidamente a un hospital.
- Reanimación Cardiopulmonar: Lo principal es asegurar el lugar de los hechos, a continuación comprobar el estado de consciencia de la víctima para ver si responde, si no lo hace hay que pedir ayuda sin abandonar a la víctima y

colocarlo en posición de reanimación (boca arriba con brazos y piernas alineados sobre una superficie rígida y con el tórax al descubierto). A continuación abrir la vía aérea y comprobar durante unos segundos si la víctima respira normalmente, si es así, se debe colocar a la víctima en posición lateral de seguridad y llamar al 112, si por el contrario no respira normalmente, se deben iniciar 30 compresiones torácicas en el centro del pecho. A continuación se realizarán dos insuflaciones con la vía aérea abierta y la nariz tapada. Hay que alternar 30 compresiones con 2 insuflaciones sin interrupción hasta que la víctima respire, se agotes o llegue la ayuda médica especializada.

- **Terremotos:** Un terremoto es un movimiento repentino y rápido de la tierra, causado por rupturas o movimientos de rocas o placas bajo la superficie terrestre. Pueden provocar muchos daños y producir avalanchas, incendios, tsunamis etc. La mayoría de las veces se cobran muchas vidas. Por lo cual es importante conocer el protocolo a seguir durante un terremoto.
- **Incendios:** Es importante que los niños entiendan lo peligroso de un incendio y sus consecuencias. Que sepan lo peligroso que son los gases (humo) que se producen y sepan protegerse de ellos.
- **Botiquín:** Los elementos que es recomendable que contenga un botiquín de primeros auxilios son: Mascarilla de protección facial, guantes de látex o vinilo, toallitas de alcohol, vendas hemostáticas, suero fisiológico, antiséptico, gasas, esparadrapo, tiritas, tijeras, pinzas, pañuelo triangular y vendas de diferentes tamaños. Es importante que un botiquín no contenga medicamentos.
- **Tipos de vendajes:**

-Blando o contentivo: se utiliza para mantener una masa medicinal en el sitio afectado.

-Compresivo: se utiliza para ejercer presión en una extremidad con el fin de detener una hemorragia.

-Rígido: Hay 4 tipos de vendajes rígidos; sostén, descarga, estabilidad, compresión.

-Circular: se utiliza para fijar un apósito y para iniciar o finalizar un vendaje.

-Espiral: se suele utilizar para las extremidades.

-En 8: Se utiliza para las articulaciones (tobillo, rodilla, muñeca y codo).

-*Espiga*: se realiza una primera vuelta en dirección a la raíz del miembro, y una segunda vuelta en sentido inverso.

-*Valpeau*: es utilizado para las lesiones de la cintura escapular.

-*Vendaje de vuelta recurrente*: es utilizado en la punta de los dedos, la cabeza y los muñones.

3. Establecimientos de objetivos

Objetivo general:

-Realizar un proyecto de intervención en el 3er Ciclo de Educación Primaria.

Objetivos específicos:

-Adquirir los conocimientos básicos de primeros auxilios.

-Desarrollar en los estudiantes habilidades y destrezas en los primeros auxilios básicos.

-Conocer los distintos componentes de un botiquín, para qué y cómo se utilizan.

-Conocer y realizar tipos de vendajes.

-Reconocer y diferenciar los tipos de accidentes que se producen (asfixias, quemaduras, caídas, golpes, etc.)

-Saber actuar frente a los diversos tipos de accidentes.

-Conocer los números de emergencia importantes (emergencias, policía, ambulancia, etc.)

-Adquirir habilidad en la maniobra de reanimación cardiopulmonar.

-Adquirir habilidad en la maniobra de Heimlich.

-Mostrar interés y ganas de aprender primeros auxilios.

4. Población beneficiaria del programa

La población a la que quiero dirigir este proyecto de intervención es el tercer ciclo de Primaria, es decir, 5ºA, 5ºB, 6ºA y 6ºB del CEIP “Gómez Moreno”. Este colegio, que es el único colegio público de Granada con más de 100 años, se encuentra en el Barrio del Albaicín, muy cerca del turístico y emblemático “Mirador de San Nicolás”. El barrio, declarado por la UNESCO Patrimonio de la Humanidad (15 de diciembre de 1994).

La prioridad que la cultura musulmana concede a lo privado se hace patente no sólo en el trazado de sus calles, estrechas, empinadas y muchas de ellas sin salida, sino también

en la tipología exterior de sus edificios. Cercanas al colegio encontramos torreones, murallas, puertas, aljibes, casas moriscas o nobiliarias y Cármenes de gran belleza.

Contigua al edificio, formando parte del mismo, se encuentra la biblioteca municipal. La colaboración con el centro es un elemento de calidad no sólo por la realización de actividades en horario escolar sino porque presta una labor social y cultural muy apreciada por las familias.

El centro de salud es otro organismo que presta un servicio esencial, la Mezquita, El Aljibe del Rey (Centro de Interpretación del agua); el Patrimonio Cultural (iglesias, palacios, cármenes), el Mercadillo de Plaza Larga y sus pequeños comercios considerados dinamizadores de la vida del Barrio, pueden ser considerados como otros recursos de los que dispone el centro.

Las instalaciones que podemos encontrar en el centro son las siguientes: Edificio principal, edificio de infantil, Gimnasio/salón de actos, portería (conserje), AMPA, comedor.

En los últimos años se aprecia un cambio en las familias que van accediendo al centro, llegando, en la actualidad a un elevado porcentaje de familias de niveles económicos y culturales medio-alto, con estudios superiores y altas cualificaciones profesionales.

Se mantiene, no obstante, la heterogeneidad social que debe caracterizar a toda escuela pública. Familias que, por razones de estudios o trabajo, optan por pertenecer a este centro atraídos principalmente por el carácter pluricultural del mismo; familias que mantienen un estilo de vida alternativo (hippies, artesanos, artistas...) y que se acercan al centro por la diversidad y por la bohemia del barrio.

El alumnado del centro responde a las características de multiculturalidad y pluralidad. Actualmente hay matriculados un total de 199 escolares de E. Primaria y 36 de E. Infantil.

5. Diseño de la evaluación

La evaluación se la realizaré a los tres elementos del proyecto que son, los alumnos, el profesorado y el proyecto en sí.

La evaluación del profesorado y el proyecto queda recogida en una rúbrica que encontraremos en los anexos 2 y 3. A

A continuación explico la evaluación del alumnado que es más extensa.

En este proyecto de intervención la evaluación consistirá en ver si los alumnos están adquiriendo correctamente los conceptos de primeros auxilios, si están adquiriendo habilidades y destrezas básicas, pero sobre todo, si se están divirtiendo mientras se realizan las actividades propuestas, es decir, quiero que sea un proyecto entretenido, en el que aprendan a la vez que se lo estén pasando bien.

Lo que se pretende con este proyecto de intervención, no es que los alumnos salgan del colegio siendo enfermeros expertos en primeros auxilios, el objetivo es que aprendan los conocimientos básicos de primeros auxilios pero de una forma divertida y amena, es decir, que se lo tomen como algo que les va a servir de gran utilidad para toda su vida, como algo que es imprescindible aprender, pero sin dejar al margen que hay que pasarlo bien con las actividades que se proponen.

Por eso, no se trata de calificar a los alumnos con una nota, si no ver, y que ellos mismos vean que han mejorado sus conocimientos en primeros auxilios y que están capacitados para ayudar ante una situación de emergencia.

La evaluación que voy a realizar a los alumnos consta de tres partes o tipos; previa, durante y final.

Evaluación previa: Consiste en repartir un cuestionario con preguntas tipo test con el que podré ver las ideas previas que tienen los alumnos sobre los primeros auxilios, ver en qué aspectos tienen más lagunas, cuáles controlan mejor y cuáles les resultan más difíciles, etc. Éste únicamente se realizará en la primera sesión y antes de empezar con la explicación del tema.

Evaluación durante: Después de cada sesión se repartirá un cuestionario tipo test con preguntas sobre lo que han dado en esa sesión, así les servirá tanto a ellos de repaso como a mí para ver si están consiguiendo los objetivos.

Evaluación final: La evaluación final será un cuestionario tipo test con preguntas generales de todo lo que hemos dado en las sesiones.

El único material que voy a utilizar para la evaluación de los alumnos son los cuestionarios que he elaborado yo. Un cuestionario con preguntas tipo test que repartiré al principio de la primera sesión para observar los conocimientos e ideas previas que tienen los alumnos sobre primeros auxilios y un cuestionario al finalizar cada sesión con preguntas sobre los conceptos que hemos aprendido.

6. Temporalización

El tiempo que dedicaremos a la propuesta de intervención será de tres meses, en este caso se desarrollará en los meses de enero, febrero y marzo. Los días lunes 11 de enero, lunes 25 de enero, lunes 8 de febrero, lunes 22 de febrero, lunes 7 de marzo y 14 de marzo. Sería un lunes sí un lunes no, siempre el mismo día para que los alumnos no estén desorientados sobre cuándo tienen la sesión de Primeros Auxilios.

La duración de las sesiones no es siempre la misma, en algunas la clase durará una hora y en otras una hora y media, ya que algunas requieren más tiempo porque las actividades son más extensas. Es decir, una hora u hora y media con 5ºA y 5ºB y una hora u hora y media con 6ºA y 6º B. Se pondrán los dos quintos juntos y los dos sextos juntos para dar las sesiones.

Esta hora u hora y media estará repartida en una primera parte donde se dé la explicación correspondiente a esa sesión, una segunda parte donde se pasen a hacer las actividades, y una tercera parte, que serán los diez últimos minutos de clase, donde se pasará un cuestionario con preguntas tipo test para ver si han entendido los conocimientos explicados en esa sesión.

La temporalización de las sesiones y de las actividades queda recogida en un cronograma en el que se puede apreciar con claridad cómo están distribuidas las actividades y el tiempo que se le dedica a cada sesión.

El cronograma podremos encontrarlo en el anexo número 1.

7. Diseño de la intervención

A continuación tengo recogidas en tablas las sesiones y actividades que vamos a llevar a cabo en el proyecto de intervención de Primeros Auxilios.

En cada una de las sesiones propuestas nos vamos a encontrar con: título de la sesión, justificación, objetivos, duración, materiales, actividades y criterios de evaluación.

El objetivo de estas actividades es que los alumnos aprendan los conceptos y habilidades básicas de Primeros Auxilios pero de una forma divertida, dejando al margen la típica explicación profesor-alumno, terminando por preguntar si tienen dudas. Por eso he recogido variados tipos de actividades, la mayoría prácticas, que les gustan mucho a los alumnos, en las que podemos encontrar, unir con flechas, completar la palabra que falta, aprender a practicar una maniobra de Primeros Auxilios, clase práctica de Educación Física en el patio en la que realizaremos actividades muy divertidas sobre los Primeros Auxilios. Y así a la vez que aprenden fomentamos el deporte.

La mayoría de estas sesiones tienen un video explicativo adaptado al nivel de los alumnos, es decir, he intentado buscar videos que sean fáciles de comprender y con bastantes representaciones, ya que considero que aunque pueda explicar muy bien un profesional en el tema, siempre les queda más claro a los niños si acompañamos esas explicaciones con imágenes.

Por último, decir que todas las sesiones tienen la misma importancia, y que es irrelevante el orden en el que aparecen secuenciadas. Ni la primera es más importante ni la última menos importante, simplemente se han organizado así considerando cómo les puede gustar más a los alumnos.

Tabla 1. Sesión 1: lunes 11 de enero de 2016

Título de la sesión	Atragantamientos (La maniobra de Heimlich)
Justificación	En esta primera sesión vamos a empezar con los atragantamientos y la Maniobra de Heimlich ya que en cualquier momento podemos presenciar un accidente de este tipo y hay que saber actuar o por lo menos poder alertar de lo que está pasando.
Objetivos	-Adquirir el concepto de atragantamiento y de Maniobra de Heimlich. -Reconocer cuando se está produciendo un atragantamiento -Adquirir habilidad para realizar la Maniobra de Heimlich.
Duración	La duración de esta sesión es de una hora. De la cual dedicaremos 10 minutos a la realización del cuestionario inicial, 10 minutos a una breve explicación sobre los atragantamientos, 30 minutos para ver un video explicativo de la Maniobra de Heimlich y poder practicarla, y los últimos 10 minutos a realizar el test final.
Materiales	Los materiales que vamos a utilizar son un cuestionario inicial y final, y para la explicación y práctica de la Maniobra de Heimlich utilizaremos un maniquí de adulto y uno de bebé.
Actividades	Primero me presentaré y haré una pequeña introducción de los primeros auxilios, a continuación repartiré un cuestionario con unas 10 preguntas tipos test sobre el tema para ver las ideas previas que tienen los alumnos. Una vez hayan acabado el cuestionario, daré una breve explicación sobre los atragantamientos y pasaremos a ver un video explicativo y a practicar con los alumnos la Maniobra de Heimlich. Esta práctica se llevará a cabo, primero con un maniquí de adulto, después con un maniquí de bebé y por ultimo pasaremos a realizarla por parejas. Se dedicarán los diez últimos minutos para realizar el cuestionario final con preguntas sobre lo que han dado en esta sesión.
Criterios de Evaluación	-Adquiere el concepto de atragantamientos -Reconoce cuando se está produciendo un atragantamiento -Adquiere habilidad para realizar la Maniobra de Heimlich.

Tabla 2. Sesión 2: lunes 25 de enero de 2016

Título de la sesión	Caídas y golpes. Cortes y heridas. Botiquín.
Justificación	En esta segunda sesión vamos a enseñar cómo actuar ante la presencia de una caída, un golpe, un corte, una herida, etc, ya que son accidentes que nos encontramos habitualmente en esta edad debido a la energía de los niños. También vamos a mostrar la importancia y el uso del botiquín y los elementos que lo componen.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> -Adquirir el concepto de caída, golpe, corte, herida y botiquín. -Diferenciar los tipos de accidentes. -Conocer los elementos del botiquín y su uso.
Duración	La duración de esta sesión es de una hora y media. De los cuales los primeros 30 minutos irán dedicados a la visualización de un video y a la explicación del tema. Los 50 realizaremos los juegos en el patio. Y los últimos 10 minutos realizaremos el test final.
Materiales	Los materiales que vamos a utilizar son: el proyector para ver el video, y para los juegos necesitaremos: cucharas de plástico, pelotas de pin pon, conos, aros, picas, botiquín y sus elementos.
Actividades	<p>Primero comenzaremos con la visualización de unos videos en el que se explica cómo curar una herida o corte y cómo actuar frente un golpe o lesión en la cabeza. Después pasaremos a explicar la importancia y uso del botiquín y sus elementos</p> <p>Una vez explicados estos conceptos a los alumnos pasaremos a realizar los juegos en el patio.</p> <p>El primer juego consiste en realizar un circuito donde los alumnos por grupos deben llegar al final superando obstáculos tales como pivotes, picas aros, etc, todo el recorrido lo realizarán con una cuchara de plástico en la boca la cual sostendrá una pelota de pin pon. En el final del mismo se encontrarán una serie de objetos, unos que forman parte de un botiquín y otros que no, el alumno debe elegir el objeto que el crea correcto y depositarlo en el botiquín. El grupo que consiga poner más objetos correctos en el botiquín será el ganador.</p> <p>La segunda actividad consistirá en una gymkana en la que los alumnos por grupos deberán completarla contestando a una serie de preguntas sobre lo que aprendido en esta sesión. Si aciertan podrán conseguir la siguiente pista, si no deberán intentar buscar la</p>

	<p>respuesta correcta para poder seguir jugando.</p> <p>Por último, los últimos diez minutos irán dedicados al cuestionario.</p>
Criterios de evaluación	<ul style="list-style-type: none">-Adquiere el concepto de caída, golpe, corte y herida.-Diferencia los tipos de accidentes.-Diferencia los elementos del botiquín y su uso.

Tabla 3. Sesión 3: lunes 8 de febrero de 2016

Título de la sesión	Hemorragias, intoxicaciones y quemaduras
Justificación	En esta tercera sesión vamos a tratar las hemorragias, intoxicaciones, y quemaduras, porque es muy importante que los alumnos puedan prevenir estos accidentes y sepan actuar, por ejemplo que conozcan las etiquetas de los productos tóxicos y su peligro, que sepan cómo curar una quemadura y que conozcan los distintos tipos de vendajes y sus usos.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> -Conocer el concepto de hemorragia, intoxicación y quemadura. -Diferenciar los tipos de vendajes y sus usos. -Reconocer las señales de riesgo químico e intoxicaciones. -Aprender cómo se cura una quemadura. -Aprender cómo se corta una hemorragia.
Duración	La duración de esta sesión es de una hora. De los cuales 20 minutos irán dedicados a la visualización de los videos sobre estos conceptos. Los siguientes 30 minutos irán dedicados a realizar las actividades propuestas. Y los últimos 10 minutos irán dedicados al test final.
Materiales	En esta tercera sesión los materiales que vamos a utilizar serán: la pizarra digital para ver los videos, el cuaderno de actividades y el cuestionario final.
Actividades	Esta sesión no irá tan enfocada a la “puesta en práctica” de los ejercicios, es decir, veremos los videos correspondientes a estos conceptos y luego pasaremos a hacer unas actividades individuales que les repartiré en papel. Esta sesión irá dedicada a trabajar en clase y de forma individual. El pequeño cuaderno de 4 actividades que voy a repartir en clase se puede encontrar en el anexo número 7. Y para acabar la sesión realizaremos el cuestionario final.
Criterios de evaluación	<ul style="list-style-type: none"> -Conoce el concepto de hemorragia, intoxicación y quemadura. -Diferencia los tipos de vendajes y sus usos. -Reconoce las señales de riesgo químico e intoxicaciones. -Aprende cómo se cura una quemadura. -Aprende cómo se corta una hemorragia.

Tabla 4. Sesión 4: lunes 22 de febrero del 2016

Título de la sesión	Reanimación Cardiopulmonar (RCP)
Justificación	Es importante iniciar a los alumnos en el aprendizaje de la Reanimación Cardiopulmonar, porque aunque lógicamente todavía son pequeños y no son capaces de ponerla en práctica correctamente, es importante que la conozcan para que sean conscientes de lo que está pasando y poder alertar a los servicios de urgencias. Y sobre todo para que estén preparados en un futuro y sepan actuar.
Objetivos	-Adquirir el concepto de Reanimación Cardiopulmonar. -Adquiere habilidad para realiza la Reanimación Cardiopulmonar.
Duración	La duración de esta actividad será de una hora. Estando los primeros 10 minutos dedicados a ver un video explicativo de la maniobra de la Reanimación Cardiopulmonar, los siguientes 40 minutos para poner en práctica los pasos de la maniobra, y para finalizar, los últimos 10 minutos los dedicaremos al cuestionario final.
Materiales	Los materiales que vamos a utilizar en esta sesión son: la pizarra digital para ver el video de introducción, peluches, es decir, cada alumno debe traer un peluche para poder practicar la maniobra individualmente y por último, el test final.
Actividades	Empezaremos la sesión poniendo un video en el que se explica y se ve bastante bien cómo se realiza la maniobra de la Reanimación Cardiopulmonar, se resolverán las dudas que tengan los alumnos. A continuación pondremos en práctica lo aprendido en el video, primero con un peluche, es decir, cada alumno cogerá el peluche que ha traído y seguiremos los pasos para efectuar la maniobra, una vez realizado el ejercicio con el peluche pasaremos a hacerlo por parejas.
Criterios de evaluación	-Adquiere el concepto de Reanimación Cardiopulmonar. -Adquiere habilidad en la realización de la Reanimación Cardiopulmonar.

Tabla 5. Sesión 5: lunes 7 de marzo de 2016

Título de la sesión	Terremotos e incendios
Justificación	Es muy importante que todas las personas en todas las partes del mundo estén preparadas frente a estos tipos de accidentes que desgraciadamente en muchas ocasiones se cobran más de una vida. Por eso considero oportuno que en este proyecto de intervención se trate el tema de los terremotos y los incendios para que los alumnos sepan actuar en el caso de que presenciaran alguno.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> -Adquirir los conceptos de terremoto e incendio. -Conocer los pasos de seguridad a seguir durante un terremoto. -Conocer los pasos de seguridad a seguir durante un incendio.
Duración	La duración de esta sesión será de una hora. De la que dedicaremos los primeros 10 minutos a ver un video sobre estos accidentes, 40 minutos a realizar los simulacros y los últimos diez minutos a realizar el cuestionario final.
Materiales	En esta sesión no utilizaremos materiales, únicamente la pizarra digital para ver los videos de introducción y el cuestionario final.
Actividades	<p>Primero, de introducción a la sesión pondré unos videos donde los alumnos podrán ver la gravedad y los daños que llegan a producir este tipo de accidentes a la sociedad y a las personas.</p> <p>A continuación pasaremos a realizar los simulacros, en el que seguiremos las pautas correctas en estos casos. Y por último y como en todas las sesiones, dedicaremos los 10 minutos finales a realizar el cuestionario.</p>
Criterios de evaluación	<ul style="list-style-type: none"> -Adquiere los conceptos de terremoto e incendio -Conoce los pasos de seguridad a seguir durante un terremoto. -Conoce los pasos de seguridad a seguir durante un incendio.

Tabla 6. Sesión 6: lunes 14 de marzo de 2016

Título de la sesión	Repaso de las sesiones y evaluación final.
Justificación	Esta última sesión se dedicará a hacer un repaso sobre todo lo que hemos aprendido en estas sesiones.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> -Aclarar dudas o conceptos de difícil comprensión para los alumnos. -Afianzar conocimientos. -Dar un repaso general a todo lo aprendido. -Hacer una evaluación final.
Duración	La duración de esta última sesión será de una hora. De la cual dedicaremos los primeros 30 o 40 minutos a un juego interactivo de primeros auxilios en los ordenadores. Los últimos 20 minutos irán dedicados a realizar un cuestionario final sobre lo estudiado en todas las sesiones y por último repartiré un cuestionario para que los alumnos valoren lo aprendido.
Materiales	Para esta sesión necesitaremos los ordenadores, si puede uno por alumno mejor, si no, se pueden poner por parejas. Y utilizaremos los cuestionarios.
Actividades	<p>Primero vamos a ir a la sala de informática en la que cada alumno se pondrá en un ordenador, si no, se pueden poner en parejas. Los alumnos van a practicar todo lo aprendido con un juego interactivo que se llama “El juego de los primeros auxilios” de Cruz Roja. A esta parte dedicaremos los 30 o 40 primeros minutos de la sesión.</p> <p>Por último realizaremos un cuestionario final de todas las sesiones en general.</p>
Criterios de evaluación	<ul style="list-style-type: none"> -Adquiere los conceptos desarrollados en las sesiones -Adquiere habilidad para realizar las sesiones prácticas -Muestra interés en la realización de las sesiones

8. Conclusión

Personalmente, elegí hacer un Proyecto de Intervención sobre Primeros Auxilios porque era un tema que a mí me llamaba bastante la atención y sobre el que quería aprender más. Considero que tener conocimientos básicos de Primeros auxilios es necesario para todas las personas tengan la edad que tengan, ya que en cualquier momento de nuestra vida podemos presenciar este tipo de situaciones y saber actuar puede ser un factor vital. Y qué mejor lugar para aprenderlos que en el colegio ya que es donde los niños y niñas pasan gran parte de su día. He querido hacer un proyecto en el que puedan aprender los conceptos básicos de primeros auxilios pero de una forma amena y divertida, por eso he introducido actividades prácticas en la que los alumnos puedan adquirir las habilidades y destrezas necesarias sin llegar a aburrirse o hacérseles pesadas las sesiones. Creo que este proyecto de intervención le puede gustar mucho a los alumnos y pueden aprender bastante con él.

9. Referencias Bibliográficas

- Borja López (2016). Cómo actuar en caso de terremoto. Recuperado el 6 de mayo de 2016 de <http://salud.uncomo.com/articulo/como-actuar-en-caso-de-terremoto-2449.html>
- Cruz Roja Barcelona (2007). El juego de los primeros auxilios. Recuperado el 5 de mayo de 2016 de http://www.cruzroja.es/cre/2006_7_FR/matcurfad/juegoppaa/castellano/creuroja_cd.swf
- Cruz Roja Española (2008). En tu hogar, quiérete mucho. Recuperado el 5 de mayo 2016 de <https://www.cruzroja.es/prevencion/index-hogar.html>
- Diario Educación (2016, 16 de mayo). Manual de primeros auxilios en el colegio. Recuperado el 16 de mayo de 2016 de <http://diarioeducacion.com/manual-de-primeros-auxilios-en-el-colegio/>
- España. Ministerio de Sanidad y Consumo (2007). Programa de prevención de lesiones. Detección de accidentes domésticos y de ocio. (d.a.d.o). Recuperado el 6 de mayo de 2016 de <http://www.msssi.gob.es/gabinetePrensa/notaPrensa/pdf/InformeResumenDado2007.pdf>

- España. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad (2007). Prevención de accidentes infantiles.
- Joan Sandoval (2012, 20 de marzo). Lesión en la cabeza, Primeros Auxilios. [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=gNJ7doffwro>
- Julio Alexander Parra Maldonado (2015, 24 de mayo). ¿Qué hacer frente a un terremoto?. [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=b0sVZUTQhJg>
- Karen Nathaly Diaz (2014, 11 de mayo). Riesgo Químico. [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=kbQBAirrjNc>
- Medicina clara, videos de medicina en Youtube (2013, 18 de marzo). Atragantamientos ¿Cómo actuar? Maniobra de Heimlich. [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=m2GqAjpI-SY>
- Medicina clara, videos de medicina en Youtube (2013, 16 de marzo). Quemaduras. ¿Cómo curar una quemadura? [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=muhTay1zmsY>
- Medicina clara, videos de medicina en Youtube (2013, 18 de marzo). RCP básica en tres pasos. Pasos para salvar una vida. Vídeos de Medicina clara con el Dr. Bueno. [Archivo de video]. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=JaUDKH3UXxE&feature=iv&annotation_id=annotation_112583101&src_vid=muhTay1zmsY
- Mundo asistencial (2011, 24 de enero). Primeros auxilios: quemaduras. [Archivo de vídeo]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=mB1LXIITdWQ>
- Nieves Martínez (2011, 22 de diciembre). Quemaduras. Primeros auxilios. [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=FZOWFi9N3DI>
- Organización Mundial de la Salud (OMS) (1996-2000). Causas de mortalidad infantil.
- Protección de incendios (2011, 7 de enero). Enseñar a los niños a protegerse de un incendio. Recuperado el 6 de mayo de 2016 de <http://www.seguridadproteccioncontraincendios.es/ensenar-a-los-ninos-a-protegerse-de-un-incendio/>
- SegurCaixa Adesla. (2012). Prevención de los accidentes infantiles. Recuperado el 5 de mayo de 2016 de <https://www.prevencion.adeslas.es/es/accidentesinfantiles/masprevencion/Paginas/verano-accidente-infantil.aspx>

Índice de Anexos:

Anexo 1. Cronograma del programa de intervención.....	23
Anexo 2. Rúbrica del profesorado.....	24
Anexo.3. rúbrica del proyecto.....	25
Anexo 4. Cuestionario de ideas previas y cuestionario de la sesión 1.....	26
Anexo 5. Cuestionario de la sesión 2.....	28
Anexo 6. Cuestionario de la sesión 3.....	29
Anexo 7. Cuestionario de la sesión 4.....	30
Anexo 8. Cuestionario de la sesión 5.....	31
Anexo 9. Cuestionario final.....	32
Anexo 10. Cuaderno de actividades de la sesión 3.....	34
Anexo 11. Solución de las actividades de la sesión 3.....	36



Tabla 7. Anexo 1. Cronograma del proyecto de intervención

<i>Mes</i>	<i>Día</i>	<i>Sesión</i>	<i>Actividades</i>
Enero	Lunes 11	1	Atragantamientos y maniobra de Heimlich.
	Lunes 25	2	Cortes y heridas. Golpes y caídas, y botiquín.
Febrero	Lunes 8	3	Hemorragias, intoxicaciones y quemaduras.
	Lunes 22	4	Reanimación Cardiopulmonar (RCP).
Marzo	Lunes 7	5	Terremotos e incendios.
	Lunes 14	6	Repaso y evaluación final.

Tabla 8. Anexo 2. Rúbrica del profesorado

Rúbrica de evaluación del profesorado

Marca del 1 al 10. Siendo 1 nada satisfecho y 10 totalmente satisfecho.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Participo en las actividades del alumnado										
Muestro interés en las actividades propuestas										
Sigo la actividad y grupal de los alumnos										
Me ha parecido interesante el proyecto										
Considero que los alumnos han aprendido										
Volvería a repetir el proyecto en un futuro										
La organización del proyecto ha sido buena										
Las actividades están bien organizadas										
He visto motivación e interés en el alumnado										
En general, ha sido un buen proyecto										

Tabla 9. Anexo 3. Rúbrica del proyecto

Rúbrica de evaluación del proyecto.

Marca del 1 al 10. Siendo 1 nada satisfecho y 10 totalmente satisfecho.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Consecución del objetivo general.										
Consecución de los objetivos específicos.										
La evaluación de los alumnos ha sido positiva.										
El proyecto ha sido realizado con éxito.										
Las actividades son adecuadas para los alumnos.										
El proyecto ha producido motivación e interés en el alumnado.										

Anexo 4. Cuestionario de ideas previas y cuestionario de la sesión 1.

Cuestionario de ideas previas

1. ¿Qué maniobra se le practica a una persona que se está ahogando?
 - a) Maniobra de Valsalva.
 - b) Reanimación Cardiopulmonar (RCP).
 - c) Maniobra de Heimlich.

2. La conducta PAS significa:
 - a) Peligro, ayuda y salvar.
 - b) Proteger, avisar y socorrer.
 - c) Proteger, avisar y salir corriendo.

3. ¿Cómo debemos actuar frente a una quemadura?:
 - a) Refrescar la quemadura con agua fría y cubrirla con una venda estéril.
 - b) Refrescar la quemadura con agua fría y cubrirla con mantequilla o pasta de dientes.
 - c) Cubrirla directamente con una venda o algo parecido.

4. ¿Cuál es la forma correcta de detener una hemorragia?
 - a) Presionar directamente sobre la herida con una gasa o paño limpio y si continua sangrando aplicar otra encima.
 - b) Presionar directamente sobre la herida con una gasa o paño limpio y cuando se empapan escurrir y aplicar de nuevo la misma gasa.
 - c) Presionar la herida con las manos.

5. Cuando nos hacemos una herida debemos:
 - a) Aplicar algodón y alcohol para desinfectar la herida y después tapparla con una gasa estéril.
 - b) Aplicar un ungüento casero y a continuación tapparla con una gasa estéril.
 - c) Lavarla con agua y jabón, aplicar una gasa con un desinfectante yodado y tapparla con una gasa estéril.

6. Si una quemadura se ha producido por un agente corrosivo hay que:
 - a) No retirar la ropa y lavar al accidentado con agua abundante durante al menos 15 minutos.

- b) Retirar la ropa con cuidado y lavar al accidentado con agua durante al menos 15 minutos.
 - c) Aplicar un ungüento o pomada y dejar secar al aire libre.
7. ¿Cuándo se practica la Reanimación Cardiopulmonar?
- a) Cuando la víctima está consciente y respira normalmente.
 - b) Cuando la víctima está inconsciente y no respira normalmente.
 - c) Cuando la víctima está inconsciente y respira normalmente.
8. En caso de que veas que una persona se está electrocutando ¿qué harías?:
- a) Desconectar el interruptor general de la casa.
 - b) Intentar soltarla de donde está agarrada.
 - c) Empujar a la víctima con algún objeto para no tocarla directamente.
9. ¿Cómo actuaríamos en el caso de que se produjera un terremoto?
- a) Salir corriendo hacia donde se encuentra todo el mundo.
 - b) No salir si estamos en un lugar seguro y protegernos la cabeza debajo de una mesa.
 - c) Si estamos en un edificio, usar el ascensor para llegar lo antes posible a la calle.
10. ¿Cómo actuaríamos en el caso de que se produjera un incendio?
- a) Abrir todas las puertas y ventanas para que entre el aire y apague el fuego.
 - b) Cerrar las puertas para impedir el avance del fuego y salir lo más rápido que nos sea posible.
 - c) No salir al exterior sin antes haber recogido nuestras pertenencias y objetos personales.

Cuestionario 1. ¿Qué has aprendido sobre los atragantamientos?

1. Para evitar atragantamientos hay que:
- a) No dejar objetos de menos de 10 cm al alcance de un niño pequeño.
 - b) Impedir que los menores de tres años jueguen con juguetes u objetos pequeños.
 - c) No darles nada sólido de comer para que no estén en riesgo de atragantamiento.
2. Decimos que la obstrucción de la vía aérea es incompleta cuando:

- a) Cuando la persona atragantada pueda hablar, toser y respirar.
 - b) Cuando la persona atragantada puede únicamente toser.
 - c) Cuando la persona atragantada no puede hablar, toser ni respirar.
3. Cuando una persona se ha atragantado y está tosiendo es recomendable:
- a) Darle palmadas en la espalda.
 - b) Intentar sacar el objeto con nuestros dedos.
 - c) Animarle a que tosa con fuerza pero sin hacer ninguna de las acciones anteriores.
4. Si se produce una obstrucción completa de la vía aérea es conveniente:
- a) Practicar la maniobra de Heimlich.
 - b) Únicamente dar palmadas en la espalda hasta que expulse el cuerpo extraño.
 - c) Darle agua para que el objeto pase mejor.
5. ¿Qué harías en el caso de que la persona atragantada pierda el conocimiento?
- a) Dar palmadas en la espalda.
 - b) Iniciar la maniobra de Reanimación Cardiopulmonar.
 - c) Practicar la maniobra de Heimlich.

Anexo 5: Cuestionario de la sesión 2.

Cuestionario 2. ¿Qué has aprendido sobre cortes, heridas, golpes, caídas y botiquín?

1. Tras una caída si la víctima presenta una deformidad debemos:
 - a) Forzarlo a que ande para poder llevarlo al hospital.
 - b) Mantener la zona en reposo, sin moverla, y aplicar frío.
 - c) Esperar sentado hasta que se le pase el dolor.

2. Si tras un golpe en la cabeza la víctima sangra por el oído, tiene vómitos o pierde el conocimiento debemos:
 - a) Avisar al 112.
 - b) Intentar cortar el vómito o taponar el oído si está sangrando.
 - c) Realizar la maniobra de Reanimación Cardiopulmonar.

3. Las lesiones más habituales son:

- a) Fracturas de huesos y esguinces.
 - b) Contusiones y chichones.
 - c) Contusiones, lesiones articulares (esguinces y luxaciones) y fracturas de huesos.
4. Rodea la incorrecta. Para prevenir caídas debemos:
- a) Procurar tener siempre una buena iluminación en casa.
 - b) Poner algún material antideslizante en el suelo de la bañera.
 - c) Pisar los suelos que están mojados.
5. Si se produce la rotura de un diente como consecuencia de un golpe debemos:
- a) Conservar el trozo en la saliva del accidentado, en leche o suero fisiológico e ir al dentista.
 - b) Intentar pegarlo.
 - c) Ir al dentista.

Anexo 6: Cuestionario de la sesión 3.

Cuestionario 3. ¿Qué has aprendido sobre hemorragias, intoxicaciones y quemaduras?

1. Ante una hemorragia una de las cosas más importante es:
- a) Avisar a todos los servicios de urgencias.
 - b) Intentar mantener al herido en calma y tranquilo.
 - c) Llevarlo urgentemente al hospital.
2. ¿Cuál es la forma correcta de detener una hemorragia?
- a) Presionar directamente sobre la herida con una gasa o paño limpio y si continua sangrando aplicar otra encima.
 - b) Presionar directamente sobre la herida con una gasa o paño limpio y cuando se empapan escurrir y aplicar de nuevo la misma gasa.
 - c) Presionar la herida con las manos.
3. ¿Cómo debemos actuar frente a una quemadura?:
- a) Refrescar la quemadura con agua fría y cubrirla con una venda estéril.
 - b) Refrescar la quemadura con agua fría y cubrirla con mantequilla o pasta de dientes.

- c) Cubrirla directamente con una venda o gasa.
4. Si se ha ingerido o se sospecha que se ha ingerido un producto tóxico, medicamento, alcohol, etc, debemos:
- a) Provocar el vómito a la víctima.
 - b) Llamar rápidamente al Instituto Nacional de Toxicología.
 - c) Administrar un medicamento.
5. Si una quemadura se ha producido por un agente corrosivo hay que:
- a) No retirar la ropa y lavar al accidentado con agua abundante durante al menos 15 minutos.
 - b) Retirar la ropa con cuidado y lavar al accidentado con agua durante al menos 15 minutos.
 - c) Aplicar un ungüento o pomada y dejar secar al aire libre.

Anexo 7: Cuestionario de la sesión 4.

Cuestionario 4. ¿Qué has aprendido sobre la Reanimación Cardiopulmonar?

1. Ante una hemorragia una de las cosas más importante es:
- a) Avisar a todos los servicios de urgencias.
 - b) Intentar mantener al herido en calma y tranquilo.
 - c) Llevarlo urgentemente al hospital.
2. ¿Cuál es la forma correcta de detener una hemorragia?
- a) Presionar directamente sobre la herida con una gasa o paño limpio y si continua sangrando aplicar otra encima.
 - b) Presionar directamente sobre la herida con una gasa o paño limpio y cuando se empapan escurrir y aplicar de nuevo la misma gasa.
 - c) Presionar la herida con las manos.
3. ¿Cómo debemos actuar frente a una quemadura?:
- a) Refrescar la quemadura con agua fría y cubrirla con una venda estéril.
 - b) Refrescar la quemadura con agua fría y cubrirla con mantequilla o pasta de dientes.
 - c) Cubrirla directamente con una venda o gasa.

4. Si se ha ingerido o se sospecha que se ha ingerido un producto tóxico, medicamento, alcohol, etc, debemos:
 - a) Provocar el vómito a la víctima.
 - b) Llamar rápidamente al Instituto Nacional de Toxicología.
 - c) Administrar un medicamento.

5. Si una quemadura se ha producido por un agente corrosivo hay que:
 - a) No retirar la ropa y lavar al accidentado con agua abundante durante al menos 15 minutos.
 - b) Retirar la ropa con cuidado y lavar al accidentado con agua durante al menos 15 minutos.
 - c) Aplicar un ungüento o pomada y dejar secar al aire libre.

Anexo 8: Cuestionario de la sesión 5.

Cuestionario 5. ¿Qué has aprendido sobre incendios y terremotos?

1. Cuando se produce un terremoto y estamos dentro de un edificio debemos...
 - a) Coger todas las cosas de valor y salir lo antes posible del edificio.
 - b) Continuar dentro hasta que acabe el terremoto.
 - c) Salir lo antes posible del edificio.

2. En caso de terremoto es conveniente...
 - a) Meterse bajo una mesa o mueble sólido.
 - b) Colocarse bajo una ventana para así salir antes.
 - c) Ponerse debajo de una puerta.

3. ¿Cómo actuaríamos en el caso de que se produjera un incendio?
 - d) Abrir todas las puertas y ventanas para que entre el aire y apague el fuego.
 - e) Cerrar las puertas para impedir el avance del fuego y salir lo más rápido que nos sea posible.
 - f) No salir al exterior sin antes haber recogido nuestras pertenencias y objetos personales.

4. Tras un terremoto o incendio lo primero que debemos hacer es....
 - a) Volver a nuestra casa.
 - b) No regresar a la casa hasta que las condiciones de seguridad sean óptimas.

- c) Volver a casa aunque.
5. Si durante un terremoto estamos en la cocina debemos....
- a) Salir inmediatamente de la cocina
 - b) Quedarnos y escondernos donde podamos
 - c) Coger nuestras cosas y salir

Anexo 9: Cuestionario final y cuestionario de valoración personal.

Cuestionario final. ¿Qué has aprendido sobre primeros auxilios?

1. Si tras un golpe en la cabeza la víctima sangra por el oído, tiene vómitos o pierde el conocimiento debemos:
- a) Avisar al 112.
 - b) Intentar cortar el vómito o taponar el oído si está sangrando.
 - c) Realizar la maniobra de Reanimación Cardiopulmonar.
2. Si la persona respira normal, tiene tos o se mueve es recomendable...
- a) Iniciar las compresiones cardíacas cuanto antes.
 - b) Iniciar las insuflaciones y compresiones cardíacas.
 - c) No iniciar las compresiones cardíacas ya que puede hacer que el corazón deje de latir.
3. Para evitar atragantamientos hay que:
- d) No dejar objetos de menos de 10 cm al alcance de un niño pequeño.
 - e) Impedir que los menores de tres años jueguen con juguetes u objetos pequeños.
 - f) No darles nada sólido de comer para que no estén en riesgo de atragantamiento.
4. ¿Cómo actuaríamos en el caso de que se produjera un incendio?
- g) Abrir todas las puertas y ventanas para que entre el aire y apague el fuego.
 - h) Cerrar las puertas para impedir el avance del fuego y salir lo más rápido que nos sea posible.
 - i) No salir al exterior sin antes haber recogido nuestras pertenencias y objetos personales.
5. ¿Cuál es la forma correcta de detener una hemorragia?

- d) Presionar directamente sobre la herida con una gasa o paño limpio y si continua sangrando aplicar otra encima.
 - e) Presionar directamente sobre la herida con una gasa o paño limpio y cuando se empapan escurrir y aplicar de nuevo la misma gasa.
 - f) Presionar la herida con las manos.
6. ¿Cuántas compresiones e insuflaciones se le practica a la víctima?
- a) Treinta compresiones torácicas en el centro del pecho y dos insuflaciones con la vía aérea abierta y la nariz tapada.
 - b) Treinta compresiones torácicas en el centro del pecho y treinta insuflaciones con la vía aérea abierta y la nariz tapada.
 - c) Treinta compresiones en el estómago y dos insuflaciones con la vía aérea abierta y sin tapar la nariz.
7. Tras un terremoto o incendio lo primero que debemos hacer es....
- d) Volver a nuestra casa.
 - e) No regresar a la casa hasta que las condiciones de seguridad sean óptimas.
 - f) Volver a casa aunque.
8. Cuando una persona se ha atragantado y está tosiendo es recomendable:
- d) Darle palmadas en la espalda.
 - e) Intentar sacar el objeto con nuestros dedos.
 - f) Animarle a que tosa con fuerza pero sin hacer ninguna de las acciones anteriores.
9. ¿Qué harías en el caso de que la persona atragantada pierda el conocimiento?
- d) Dar palmadas en la espalda.
 - e) Iniciar la maniobra de Reanimación Cardiopulmonar.
 - f) Practicar la maniobra de Heimlich.
10. Si se ha ingerido o se sospecha que se ha ingerido un producto tóxico, medicamento, alcohol, etc, debemos:
- d) Provocar el vómito a la víctima.
 - e) Llamar rápidamente al Instituto Nacional de Toxicología.
 - f) Administrar un medicamento.

Anexo 10: cuaderno de actividades de la sesión 3.

Cuaderno de actividades

1. Pon el tipo de vendaje con su correspondiente definición:

-Se utiliza para mantener una masa medicinal en el sitio afectado:

-Se utiliza para ejercer presión en una extremidad con el fin de detener una hemorragia:.....

-Dentro de este hay 4 tipos de vendajes rígidos; sostén, descarga, estabilidad, compresión:.....

-Se utiliza para fijar un apósito y para iniciar o finalizar un vendaje:

-Se suele utilizar para las extremidades:

-Se utiliza para las articulaciones (tobillo, rodilla, muñeca y codo):.....

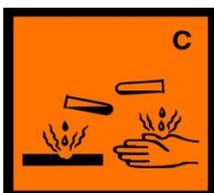
-Se realiza una primera vuelta en dirección a la raíz del miembro, y una segunda vuelta en sentido inverso:.....

-Es utilizado para las lesiones de la cintura escapular:.....

-Es utilizado en la punta de los dedos, la cabeza y los muñones:.....

Blando o contentivo, compresivo, rígido, circular, espiral, en 8, espiga, valpeau, vendaje de vuelta recurrente.

2. Señales de riesgo químico. Une con su correspondiente imagen:



Peligro radiactivo



Peligro inflamable



Peligro explosivo



Peligro corrosivo



Peligro tóxico



Peligro nocivo

3. Escribe los números de emergencias correspondientes:

Teléfono europeo único de emergencias

Intoxicaciones (Instituto Nacional de Toxicología).....

Cruz Roja (24 horas).....

Bomberos

Policía Municipal.....

Policía Nacional

Guardia Civil.....

4. Adivina la palabra

Empieza por G; efecto de este encuentro, en especial el daño producido por él, que puede o no dejar señal y el ruido que produce: g _ _ _ _

Empieza por C; acción de caer o caerse: c _ _ _ _

Empieza por H; lesión, normalmente sangrante, que se produce como consecuencia de un corte, un roce, etc. h _ _ _ _ _

Termina por R; quitar un daño físico a una persona, a un animal u organismo. _ _ _ _ r.

Contiene la X; es malo para la salud o puede causar daños físicos, o la muerte debido a las lesiones producidas por un efecto químico. _ _ x _ _ _.

Empieza por H; salida de sangre de las arterias, venas o capilares, especialmente cuando se produce en cantidades muy grandes. h _ _ _ _ _ _ _ _.

Termina por n; pequeño estuche donde se guardan los utensilios para practicar los primeros auxilios. _ _ _ _ _ _ n.

Empieza por Q; herida de los tejidos orgánicos producida por la acción del fuego y del calor. q _ _ _ _ _ _ _.

Anexo 11: Solución de las actividades de las sesión 3.

Soluciones:

1. Pon el tipo de vendaje con su correspondiente definición:

Blando o contentivo: Se utiliza para mantener una masa medicinal en el sitio afectado.

Compresivo: Se utiliza para ejercer presión en una extremidad con el fin de detener una hemorragia.

Rígido: Hay 4 tipos de vendajes rígidos; sostén, descarga, estabilidad, compresión.

Circular: Se utiliza para fijar un apósito y para iniciar o finalizar un vendaje.

Espiral: Se suele utilizar para las extremidades.

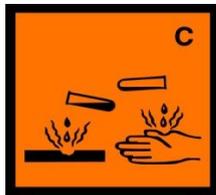
En 8: Se utiliza para las articulaciones (tobillo, rodilla, muñeca y codo).

Espiga: Se realiza una primera vuelta en dirección a la raíz del miembro, y una segunda vuelta en sentido inverso.

Valpeau: Es utilizado para las lesiones de la cintura escapular.

Vendaje de vuelta recurrente: Es utilizado en la punta de los dedos, la cabeza y los muñones.

2. Señales de riesgo químico. Une con su correspondiente imagen:



Peligro corrosivo



Peligro tóxico



Peligro inflamable



Peligro nocivo



Peligro radiactivo



Peligro explosivo

3. Escribe los números de emergencias correspondientes:

Teléfono europeo único de emergencias	112
Intoxicaciones (Instituto Nacional de Toxicología).....	91 562 04 20
Cruz Roja (24 horas).....	902 22 22 92
Bomberos	080
Policía Municipal.....	092
Policía Nacional	091
Guardia Civil.....	062

4. Adivina la palabra

Empieza por G; efecto de este encuentro, en especial el daño producido por él, que puede o no dejar señal y el ruido que produce: Golpe

Empieza por C; acción de caer o caerse: Caída

Empieza por H; lesión, normalmente sangrante, que se produce como consecuencia de un corte, un roce, etc.: Herida

Termina por R; quitar un daño físico a una persona, a un animal u organismo: Curar.

Contiene la X; es malo para la salud o puede causar daños físicos, o la muerte debido a las lesiones producidas por un efecto químico: Tóxico.

Empieza por H; salida de sangre de las arterias, venas o capilares, especialmente cuando se produce en cantidades muy grandes: Hemorragia.

Termina por n; pequeño estuche donde se guardan los utensilios para practicar los primeros auxilios: Botiquín.

Empieza por Q; herida de los tejidos orgánicos producida por la acción del fuego y del calor: Quemadura.