

Proyecto de Educación para la Salud en alumnos de 3º Curso de Educación Primaria: Primeros Auxilios y Prevención de Accidentes

RESUMEN:

INTRODUCCIÓN:

Este proyecto de intervención en educación para la salud va dirigido a escolares de tercer curso de educación primaria. Se plantea como objetivo que el alumno conozca el concepto de primeros auxilios y prevención de accidentes así como las diferentes pautas de actuación en cada situación. Se impartirá el contenido en cuatro sesiones

a través de exposiciones teóricas, supuestos prácticos y simulaciones. El programa se evalúa mediante un cuestionario que se realizará previo a las sesiones, tras la finalización de las mismas y transcurridos tres meses de la intervención.

PALABRAS CLAVE:

Educación en salud, prevención de accidentes, primeros auxilios, salud escolar.

Introducción

El III Plan Andaluz de Salud afirma que las estrategias de educación para la salud, sobre un tema concreto, hay que dirigirlas a personas o grupos específicos¹. A pesar de ello, las personas forman parte de redes familiares y sociales, por lo que el objetivo de la intervención debe ser evaluado por grupos: jóvenes, mayores, personas con discapacidad, trabajadores, residentes extranjeros. Estas intervenciones tienen una "eficacia diferida": pueden modificar los conocimientos, la percepción y las conductas de otras personas con las que se convive, se relacionan y comparten los hábitos de vida.

Es conocido que las actuaciones de promoción de salud deben realizarse donde las personas viven, estudian, trabajan, juegan, se relacionan social y afectivamente. De aquí la necesidad de hacer las intervenciones sobre los estilos de vida en los escenarios vitales de las personas. Es decir, en los entornos de salud (hogar, fa-

milia, escuela, trabajo, pueblo y ciudad) y en los centros sanitarios.

La familia y la escuela son los espacios decisivos para generar y transmitir hábitos y conductas por medio de la información, la comunicación y la educación para la salud en cada etapa de la vida.

La etapa escolar es el momento más adecuado para recibir la formación en promoción de la salud^{2,3}, prevención de accidentes y medidas de reanimación. Sus ventajas son las siguientes:

- La formación durante el periodo escolar permite un fácil acceso a la mayoría de la población.
- La formación se realiza en la etapa de la vida con mayor capacidad de aprendizaje y en la que existe una gran motivación.
- El efecto de la formación en prevención es más duradero y es capaz de estimular y/o modificar los hábitos de conducta.
- La formación escolar permite no sólo realizar una enseñanza inicial sino un reciclaje en cursos superiores, lo que refuerza significativamente el aprendizaje.
- Es fácil integrar la formación en prevención y RCP básica en la educación para la salud dentro del currículo escolar.

Como contrapartida la educación para la salud en el ámbito escolar tiene algunas limitaciones, entre las que

* Diplomada en Enfermería, Máster Oficial en Prevención de Riesgos Laborales. Distrito sanitario Condado-Campiña (Huelva).

** Doctorando en Enfermería, Máster Oficial en Enfermería Avanzada, Máster Oficial en Prevención de Riesgos Laborales. Distrito Sanitario Condado-Campiña (Huelva).

*** Diplomada en Enfermería. Patronato Municipal de Deportes. Ayuntamiento de Huelva.

destaca la escasez de tiempo en el currículo escolar⁴. Éste es uno de los argumentos más utilizados para no desarrollar la formación en la escuela. Sin embargo, aunque es cierto que puede existir una sobrecarga de contenidos en dicho currículo, es imprescindible que tanto las autoridades como los profesionales de la educación sean conscientes de las prioridades en la formación escolar⁵.

Con frecuencia se olvida que el objetivo de la educación, además de conseguir que el alumno adquiera conocimientos teóricos, también es que se forme como individuo, alcanzando unos valores éticos, unos conocimientos intelectuales y unas habilidades culturales y sociales que faciliten su integración en la sociedad y tengan una repercusión positiva en la misma. Es evidente que la formación en prevención y RCP básica tiene una importante repercusión social y sanitaria⁶. Más aún, esta actividad puede cumplir un papel educativo importante en la formación del niño al estimular los valores solidarios y el desarrollo de la responsabilidad.

La promoción de salud como estrategia global aumenta su eficacia cuando se aplica de forma estructurada y coherente en diferentes entornos. Multiplica sus efectos de impacto sanitario, político, económico y social. Por ejemplo, definir una estrategia de promoción de hábitos saludables y prevención de riesgos en adolescentes y jóvenes, seleccionando de forma concurrente diversos escenarios (familia, escuela, ciudad) tiene un "efecto amplificador"⁷. Aumenta la eficiencia de la acción. Los conocimientos, habilidades y mensajes transmitidos pueden llegar a la población diana y a otros mediadores: padres⁸, educadores, responsables municipales, profesionales de los medios de comunicación, etc.

Siempre que nos encontremos en un contexto educativo nuestras acciones didácticas deben tener una orientación dirigida a la consecución de una mejora de la salud⁹ o calidad de vida del alumnado. Además, de esta forma, posibilitaremos que los propios alumnos/as se conviertan en "agentes de la salud" llegando a ser promotores de actividades saludables.

El informe sobre el *panorama general de los datos europeos sobre lesiones en accidentes domésticos y de ocio*¹⁰ establece un índice de lesiones del 13% en los centros escolares y un 14% en la práctica deportiva general.

Los primeros auxilios son las medidas que se toman inicialmente en un accidente, dónde ha ocurrido, hasta que aparece la ayuda sanitaria, son actividades fundamentales ante una urgencia¹¹. Los medios de reanimación de que disponen los centros sanitarios son cada vez más sofisticados pero esos primeros momentos después

del accidente, lejos del centro hospitalario, son decisivos para su evolución posterior. Por ello es fundamental que la sociedad posea conocimientos para saber actuar en esos instantes, para realizar esos primeros auxilios.

Los Primeros Auxilios es un contenido que no está del todo instaurado en la Educación Primaria (de 6 a 12 años) y cuya enseñanza contribuye en el desarrollo y consecución de objetivos y contenidos propios de otras áreas, como pueden ser, Conocimiento del Medio, Educación Artística y Lengua.

Los Primeros Auxilios dan respuesta a una necesidad latente que la sociedad actual demanda de un modo implícito, también desde el punto de vista educativo que a nuestro modo de ver es el principal y desde el que deberían partir posteriores enfoques. Esta demanda social se puede encontrar recogida en la escuela, con el trabajo obligado de los temas transversales que nos habla la Ley Orgánica de Educación¹².

Objetivos

Los objetivos de la programación didáctica en primeros auxilios y prevención de accidentes para tercer curso de Educación Primaria son los siguientes:

1. Que el alumno conozca el concepto de primeros auxilios y prevención de accidentes así como las diferentes pautas de actuación en cada situación.
2. Que el alumno conozca el teléfono de alerta sanitaria.
3. Que el alumno sea capaz de controlar la situación del accidentado hasta la llegada de adulto o personal especializado.
4. Que el alumno valore la importancia de la adquisición de conocimientos y técnicas básicas de primeros auxilios para su aplicación en el ámbito escolar y familiar.

Contenidos

Los contenidos que se van a abordar en la Programación Didáctica en primeros auxilios y prevención de accidentes para tercer curso de Educación Primaria son:

1. *Contenidos Conceptuales*:
 - a) Primeros auxilios. Definición y procedimientos básicos de intervención.
 - b) Valoración inicial del accidentado y técnica del ABC.
 - c) Posición lateral de seguridad.
 - d) Heridas y quemaduras. Concepto, clasificación y prevención.

- e) Cuerpos extraños en ojos, oídos, nariz y boca (vías aéreas).
 - f) Parada Cardio-respiratoria. Reanimación cardiopulmonar.
 - g) Picaduras y mordeduras. Definición, signos y síntomas.
 - h) Intoxicaciones. Signos, síntomas, tipos de intoxicaciones más frecuentes y prevención de los mismos.
 - i) Lesiones de tejidos osteoarticulares. Concepto y clasificación de fracturas, concepto de esguince y luxación.
 - j) Botiquín de primeros auxilios. Definición y componentes.
2. *Contenidos Procedimentales:*
- a) Observación y aplicación de la técnica de posición lateral de seguridad.
 - b) Observación y aplicación de la maniobra de Heimlich.
 - c) Observación y aplicación de las maniobras de reanimación cardio-pulmonar.
 - d) Observación y aplicación de técnicas de inmovilización y procedimientos básicos para la realización de vendajes.
 - e) Todas las pautas de prevención y actuación en las distintas situaciones de primeros auxilios antes descritas (heridas, hemorragias, quemaduras, cuerpos extraños, intoxicaciones, etc...).
3. *Contenidos Actitudinales:*
- a) Resaltar la importancia de la prevención de los accidentes más frecuentes en el ámbito escolar y familiar, estar preparados para actuar de forma rápida y eficaz, así como la potenciación del efecto *amplificador* de los alumnos en su entorno más cercano.

Metodología

La metodología que se va a utilizar en la puesta en práctica de esta intervención educativa en primeros auxilios y prevención de accidentes va a tener carácter expostivo, participativo y práctico, puesto que va a consistir en dar contenidos teórico-prácticos de primeros auxilios y prevención de accidentes.

El aprendizaje que se pretende que los alumnos/as lleven a cabo es significativo; para ello, los contenidos

que se impartirán en el aula deberán tener significatividad psicológica, es decir, deben ser motivacionales y poner en funcionamiento los recursos cognitivos de los destinatarios de la acción formativa; así como tener también significatividad lógica, esto es, presentarlos con una coherente estructura interna.

Se llevarán a cabo actividades de introducción-motivación, haciendo conectar al alumno por primera vez con la materia y actividades de conocimientos previos, para descubrir opiniones e ideas en relación con los primeros auxilios. Para conseguir esto, se suministrará a los alumnos un cuestionario sobre primeros auxilios, previo a la impartición de la clase. El cuestionario consta de 15 preguntas cerradas, de respuesta múltiple, con 2 y 3 opciones, siendo sólo una de ellas la correcta y una última pregunta abierta. Este cuestionario orientará sobre el grado de conocimientos de los alumnos y la motivación que sobre los mismos despierta el tema.

Para motivar a los alumnos, el mismo día de realización de los cuestionarios de conocimientos previos, se reflexionará sobre la importancia de conocer los fundamentos de los primeros auxilios, su facilidad y la posibilidad que supone para cualquier persona de salvar vidas, así como de reducir complicaciones en las personas accidentadas, gracias a maniobras salvavidas, de fácil realización y alta rentabilidad y eficacia.

También se realizarán actividades de desarrollo, orientaremos en el manejo de conceptos, procedimientos y actitudes que los nuevos contenidos aporten, para lo cual tendremos siempre en cuenta las ideas previas; las explicaciones se harán de forma clara y ordenada, con un vocabulario y nivel ajustado al de los alumnos/as a los que va dirigido la presente programación didáctica, utilizando ejemplos vivenciados en el ámbito escolar y familiar, mostrando así la utilidad del aprendizaje y aplicación en su futuro.

Para la adquisición de habilidades se empleará el aprendizaje por modelado y repetición, el ponente realizará las técnicas o maniobras que los alumnos/as después practicarán, con lo cual también se estará llevando a cabo actividades de consolidación.

A lo largo de toda la intervención en primeros auxilios y prevención de accidentes, se trabajarán unos valores humanos que consideramos importantes para la formación específica y personal del alumnado. La manera en que vamos a desarrollar los valores son: debates, testi-

monios, supuestos prácticos... sobre todo ubicados en la parte final de las sesiones. Creemos que es importante no solo realizar una actividad puntual, por lo que trataremos de dar significatividad a estos valores. Entre los valores que se trabajaran son:

- Voluntad para servir a los demás.
- Seguridad en uno mismo.
- Esfuerzo.
- Compañerismo.
- Superación.
- Aprendizaje.

Además se hará uso de actividades de síntesis para recapitular todos los contenidos enseñados, favoreciendo de esta forma la integración y globalización de los mismos; y de actividades de evaluación, por lo que, al final de la intervención en educación para la salud se pasará el mismo cuestionario inicial, determinando así los contenidos que se han adquirido permitiendo una evaluación del proceso a corto plazo. Para conocer la asimilación de los contenidos a medio plazo se volverá a pasar el mismo cuestionario transcurridos tres meses de la realización de la intervención. Se conocerá si la planificación ha propiciado comprensión, entendimiento y asimilación de los contenidos impartidos.

Actividades - Temporalización

Las actividades a desarrollar en el transcurso de la intervención educativa en primeros auxilios y prevención de accidentes son:

1. Realización por parte de los alumnos de un cuestionario de conocimientos previos sobre primeros auxilios y prevención de accidentes.
2. Comentarios sobre la importancia y utilidad de poseer conocimientos en primeros auxilios por parte del ponente.
3. Exposición de conceptos, clasificaciones y pautas de prevención y actuación en situaciones de urgencias y emergencias.
4. Observación y realización de la posición de seguridad por parte de los alumnos (en parejas).
5. Observación y posterior realización de la maniobra de Heimlich (en personas conscientes e inconscientes) por parte de los alumnos.
6. Observación y posterior realización de la Reanimación Cardio Pulmonar Básica (R.C.P) por parte de los alumnos.

7. Observación y práctica de las diferentes técnicas de vendaje (por parejas de alumnos).
8. Determinación del contenido de un botiquín de primeros auxilios utilizando Brainstorming.
9. Mostrar in situ el contenido del botiquín de primeros auxilios, para familiarizarse con el mismo.
10. Recapitulación final por parte del ponente.
11. Realización del cuestionario de conocimientos inmediatamente posterior a la intervención educativa, por parte de los alumnos.
12. Realización del cuestionario de conocimientos transcurridos tres meses desde la intervención educativa en educación para la salud.

El tiempo empleado para llevar a la práctica esta programación didáctica en primeros auxilios y prevención de accidentes, con la impartición del temario a través de clases participativas y la puesta en marcha de las distintas actividades planificadas, será de 4 horas. Se desarrollará el programa en 4 sesiones de 1 hora.

Recursos

Los materiales utilizados en el proceso de enseñanza-aprendizaje necesarios para la puesta en práctica de la programación educativa en primeros auxilios serán:

- Aula.
- Pizarra y tizas.
- Proyector.
- Ordenador portátil.
- Fotocopias.
- Colchonetas.
- Material de inmovilizaciones.
- Maniquí para simulaciones de RCP.
- Botiquín de primeros auxilios.

Evaluación

Para la evaluación de los contenidos, así como del proceso de enseñanza-aprendizaje emplearemos los siguientes criterios:

1. La correcta realización de las distintas actividades que tendrán lugar a lo largo de las clases teórico-prácticas.
2. El cuestionario posterior a la impartición del programa debe evidenciar un mayor índice de acierto en las respuestas, post-intervención.

CUESTIONARIO

- ¿Ha visto alguna situación donde fue necesario aplicar primeros auxilios?
 - Sí.
 - No.
- ¿Consideras importante una clase en primeros auxilios?
 - Sí.
 - No.
 - No sabe / no contesta.
- ¿Has recibido anteriormente clases sobre primeros auxilios?
 - Sí.
 - No.
- ¿Cuál de los siguientes números NO son para avisar una emergencia sanitaria?
 - 061.
 - 112.
 - 091.
- En una situación de emergencia, ¿qué debes hacer en primer lugar?
 - Pedir ayuda.
 - Mover al accidentado, colocándolo en un lugar seguro.
 - Observar la respiración, conciencia y pulso.
- ¿Conoces la posición de seguridad y cómo realizarla?
 - Sí.
 - No.
 - No sabe / no contesta.
- ¿Cuántas presiones e insuflaciones tienes que darle a una persona con Parada Cardio-Respiratoria?
 - 15 compresiones y 2 insuflaciones.
 - 30 compresiones y 2 insuflaciones.
 - 30 compresiones.
- Ante una hemorragia externa, señala la respuesta Falsa.
 - Apretar directamente con una gasa o pañuelo.
 - Retirar las gasas que se llenan de sangre.
 - Colocar gasas unas encima de otras sin dejar de presionar.
- Ante una quemadura, debemos hacer:
 - Echar abundante agua.
 - Aplicar pasta de dientes.
 - Estallar la ampolla.
- Ante una hemorragia nasal (epistaxis), debemos hacer:
 - Echar la cabeza hacia atrás.
 - Apretar el orificio que sangra con la cabeza hacia delante.
 - Sonarse los mocos.
- ¿Cómo podemos ayudar a un niño de 8 años atragantado e inconsciente mientras llega ayuda?
 - Dar 5 palmadas en la espalda.
 - Dar 5 palmadas y 5 compresiones en el abdomen.
 - Dar 5 palmadas y 5 compresiones en el pecho.
- ¿Cómo reconocerías si una persona inconsciente está respirando o no?
 - Observando si su pecho sube y baja.
 - Simplemente escuchando.
 - Viendo, oyendo y sintiendo si respira.
- ¿Dónde comprobarías el pulso de una persona herida?
 - En muñeca.
 - En cuello.
 - En brazo.
- Hay un niño inconsciente en el recreo. ¿Qué deberías hacer?
 - Avisar rápido a un profesor.
 - No moverlo.
 - a y b son correctas.
- Jugando en el recreo al fútbol se cae un niño y cuando vamos a ver qué le ocurre tiene el brazo muy doblado, ¿qué harías?
 - Le pondrías el brazo derecho y llamas al profesor.
 - Llamarías al profesor y no le tocarías el brazo.
 - No harías nada.
- Pon un ejemplo en las siguientes situaciones.
 - ¿Cómo evitarías que un niño se caiga por una ventana?
 - ¿Cómo evitarías que un niño se electrocute?
 - ¿Cómo evitarías quemarte con una sartén con aceite caliente?
 - ¿Cómo evitarías que un niño se ahogue en una piscina?

Bibliografía

- Consejería de Salud; Junta de Andalucía. III Plan Andaluz de Salud 2003-2008. Sevilla; 2003.
- Laporte J. La educación para la salud en la escuela, una responsabilidad compartida. *Jano*. 1998;35:11-12.
- Aldrete Rodríguez MG, Mireles Landá-zuri M, Mendoza Roaf P, Aranda Beltrán C. La actitud de los profesores de educación primaria ante los primeros auxilios. *Revista de Educación y Desarrollo*. 2004;1:19-24.
- Moreno Sánchez E. El proyecto curricular de centro. En: Carrillo Yañez J, Gómez de Benito JL, González Fara-zo JC, Monescillo Palomo M. Bases Psicopedagógicas para la Formación Inicial del Profesorado de Educación Secundaria. Huelva: Hergué Editorial; 2001. p. 339-52.
- López Unanua MC, Garrote Freire A, Ferre Tellado M, Pérez Romero E, Rodríguez Rodríguez A, Mosquera Castro M. Encuesta a profesores de Institutos de Secundaria sobre la enseñanza de la reanimación cardiopulmonar básica en sus centros. *Emergencias*. 2008;20:251-5.
- European Resuscitation Council (ERC). Guidelines for Resuscitation 2005. *Resuscitation*. 2005;67.
- González de Haro M. La educación para la salud: "asignatura pendiente" para la escuela. XXI: *Revista de Educación*. 2011. Disponible en: <http://uhu.es/publicaciones/ojs/index.php/xxi/article/view/506>
- Committee on Pediatric Emergency Medicine. Role of pediatricians in advocating life support training courses for parents and the public. *Pediatrics* 2004;114:1676.
- Devís, J. Actividad física, deporte y salud. Barcelona: INDE; 2000.
- Instituto austriaco para la protección y la seguridad (IAPS). Panorama general de los datos europeos sobre lesiones (en accidentes domésticos y de ocio). Programa de prevención de lesiones. Austria: IAPS; 1999.
- Lozano Lázaro D, Rivera Sanz F, Rodríguez Alonso M, Rodríguez Herce C, Palacios Marín G. Primeros Auxilios, una experiencia de Educación Sanitaria. *Ciber Revista*. 2004;18.
- LEY ORGÁNICA 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. Boletín Oficial del Estado, nº 106, (04/05/2006).