



Manual para Docentes Brigadistas de "Primeros Auxilios"

Escuela Segura
con brigadistas de Primeros Auxilios



CONOZCO MI AMBIENTE,
IDENTIFICO LAS AMENAZAS
Y GESTIONO LOS RIESGOS DE DESASTRES



PREVAED 0068: PROGRAMA PRESUPUESTAL DE REDUCCIÓN DE LA VULNERABILIDAD Y ATENCIÓN DE EMERGENCIAS POR DESASTRES



PERÚ Ministerio de Educación





**Manual para
Docentes
Brigadistas de
“Primeros
Auxilios”**



Ministerio de Educación

Jaime Saavedra Chanduvi
Ministro de Educación

Úrsula Desilú León Chempén
Secretaría General

Aurora Rubí Zagarra Huapaya
Jefa de la Oficina de Defensa Nacional y de Gestión del Riesgo de Desastres

Equipo PREVAED-ODENAGED-MINEDU

Especialista - Contenidos
Angela Arango

Diseño y Diagramación
Gustavo Díaz Pozzuoli

Corrección de estilo:
Allison Betancourt Chilcón

Cuidado de la edición:
Mónica Méndez Cabezas

Fotografía:
María Luísa Alania Montoya

Copyright MINEDU, 2016
Ministerio de Educación Calle del Comercio 193, San Borja, Lima - Perú
Teléfono: 615-5800 Teléfono directo ODENAGED: (511) 476-1846
Página web: www.minedu.gob.pe

Primera Edición
Lima, 2016

Impreso por:
Finishing S.A.C.
Jr. La Maquinaria 160 - Chorrillos
RUC : 20475832095

Tiraje: 5 000
Distribuido gratuitamente por el Ministerio de Educación. Prohibida su venta.
Hecho el Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú: N.º 2016-08055
Impreso en el Perú / Printed in Peru

Índice



Presentación	4
Introducción	6

Parte I

El brigadista de primeros auxilios	9
Rol del brigadista de primeros auxilios	10
Perfil del brigadista de primeros auxilios	11
Funciones del brigadista de primeros auxilios	12
Conceptos básicos	16

Parte II

Objetivo de la guía	25
¿Qué son los primeros auxilios?	25
¿Para qué son los primeros auxilios?	26
Siete pasos básicos para brindar primeros auxilios	27

Parte III

Primeros auxilios en la institución educativa	31
Emergencias comunes de las instituciones educativas	33
Accidentes en emergencias y desastres	41
¿Cómo transportar al estudiante o docente en caso que se encuentre herido?	46
Reanimación cardiopulmonar	56
Elementos esenciales en un botiquín de emergencia	60
Maleta de emergencia	62
Bibliografía	64

Presentación



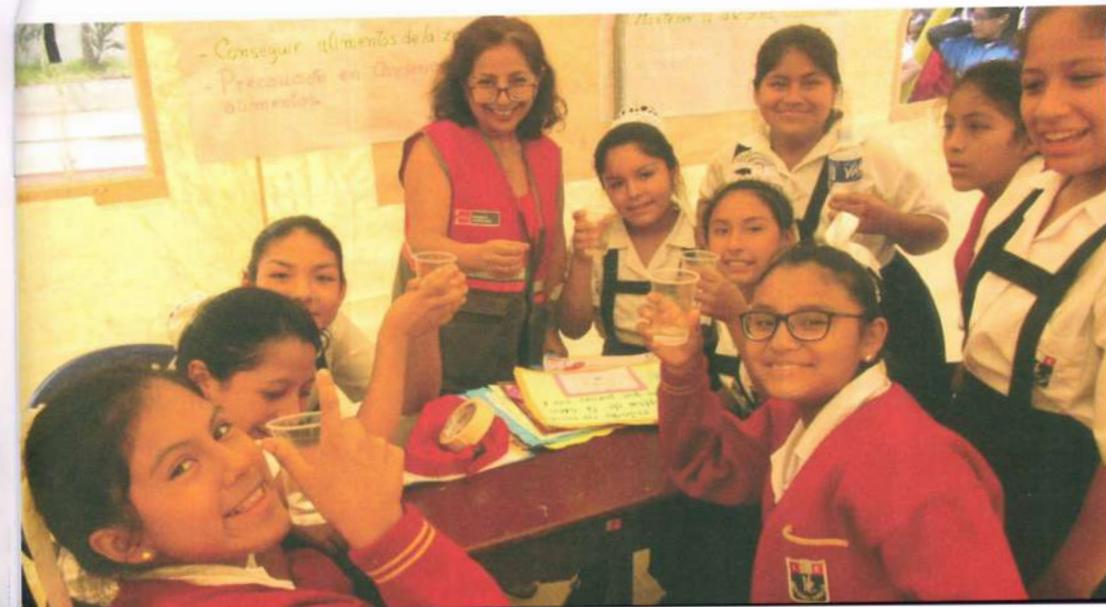
El Programa Presupuestal 0068 Reducción de la Vulnerabilidad y Atención de Emergencias por Desastres - PREVAED 0068 aborda el problema específico de la población y cómo sus medios de vida son vulnerables ante el impacto de los diversos tipos de peligros que pueden afectar el bienestar de la sociedad en general, como los peligros asociados a fenómenos naturales (peligros generados por fenómenos de geodinámica interna, de geodinámica externa y peligros generados por fenómenos hidrometeorológicos y oceanográficos) y los peligros inducidos por acción humana (explotación de los recursos naturales, contaminación ambiental, negligencia o deterioro de los sistemas de servicio en edificaciones, transporte o industria, etc.). En este marco, el Ministerio de Educación, a través de la Oficina de Defensa Nacional y de Gestión del Riesgo de Desastres (ODENAGED), ejecuta el Programa Presupuestal 0068 Reducción de la Vulnerabilidad y Atención de Emergencias por Desastres (PREVAED 0068) – Escuela Segura.

El servicio educativo podría verse afectado por los diversos peligros que se manifiestan en el territorio, lo cual ocasionaría la pérdida de infraestructura y material educativo, así como la pérdida de vidas que, en muchos casos, afectaría emocionalmente a los estudiantes y docentes. La afectación puede darse en gran intensidad y perjuicio al punto que las actividades educativas pudieran verse paralizadas.

El MINEDU, a través de la Oficina de Defensa Nacional y de Gestión del Riesgo de Desastres (ODENAGED), mediante el programa presupuestal en mención, viene implementando el producto Escuela Segura, para el desarrollo de la Gestión del Riesgo de Desastres, la cual está orientada a generar capacidades para reducir la vulnerabilidad que enfrenta la comunidad educativa teniendo en cuenta los peligros de su territorio. Esta se implementa integralmente a través de la gestión prospectiva, correctiva y reactiva para garantizar la

formación de una cultura de prevención, y el desarrollo de capacidades en la atención y rehabilitación del servicio educativo en situaciones de emergencias o desastres, así como para la reconstrucción.

En este marco, se implementa en las diferentes instancias de gestión educativa descentralizada, Direcciones Regionales de Educación (DRE), Unidades de Gestión Educativa Local (UGEL) e instituciones educativas (II.EE.), acciones para la institucionalización, organización y funcionalidad de la Gestión del Riesgo de Desastres. En este escenario el director y los docentes de la institución educativa promueven una cultura de prevención; así mismo, se encargan de gestionar las condiciones de seguridad, la respuesta y rehabilitación del servicio educativo frente a las emergencias y desastres, a fin de salvaguardar la vida y el derecho a la educación, y asegurar que el servicio educativo se restablezca lo más pronto posible después de la emergencia para que los aprendizajes de los estudiantes no se detengan.



Introducción

El Perú es uno de los países más hermosos del mundo. Cada una de sus regiones tiene características geográficas, culturales e históricas que lo hacen un lugar muy atractivo y acogedor; sin embargo, en contraste con las características descritas, el Perú a su vez es un país vulnerable, frente a los diversos peligros. La educación es una de las herramientas más importantes para transformar un país y conducirlo hacia el progreso, eliminando toda clase de desigualdad y discriminación, propiciando una interacción armoniosa y sostenible entre el entorno natural y la sociedad.

Es por ello que la ODENAGED, a través de jornadas, talleres y encuentros, busca fortalecer las capacidades de las autoridades regionales de educación, las autoridades locales, los directores, docentes y comunidad educativa en general a fin de que se instale y desarrolle, de manera adecuada, la Gestión del Riesgo de Desastres (GRD) en cada una de ellas. Esto se realiza a través de tres componentes: gestión prospectiva, correctiva y reactiva, propiciando la transversalidad de la GRD, desde los documentos de gestión institucional como en los de gestión pedagógica, elaborando el Plan de Gestión del Riesgo de Desastres y los planes de contingencia por cada peligro que pueda enfrentar la institución educativa.

En el sistema educativo nacional, la consolidación de las estrategias para la educación en Gestión del Riesgo de Desastres tiene como visión una “escuela segura”, entendida como la institución en la que la comunidad educativa ha logrado potenciar sus capacidades de Gestión del Riesgo de Desastres, fortaleciendo su cultura de prevención para reducir su vulnerabilidad y salvaguardar la vida de los integrantes de la comunidad educativa, protegiendo el patrimonio económico y académico de la escuela e incrementado sus posibilidades de recuperación ante la adversidad.



El brigadista de Primeros Auxilios

La institución educativa, habiendo organizado y planificado acciones en Gestión del Riesgo de Desastres; conforma la brigada de primeros auxilios.

Contar con la brigada de primeros auxilios proporcionará a la institución educativa y población escolar un nivel de organización favorable para la protección de la integridad humana y fortalecerá la capacidad de respuesta institucional frente a situaciones de emergencia, en tanto se puede contar con ayuda médica especializada.



Las brigadas de primeros auxilios están constituidas por el personal seleccionado de la institución educativa, están capacitadas, organizadas y adecuadamente entrenadas en prevención, preparación y respuesta para intervenir en situaciones de emergencias o desastres.

Parte I

Rol de la brigada de primeros auxilios

Las instituciones educativas requieren formar brigadas para situaciones de emergencias en sus sedes, debido a que cobra mucha importancia el atender emergencias y dar una adecuada respuesta a las necesidades de las emergencias.

- El brigadista de primeros auxilios es competente para apoyar las labores o acciones referidas a la gestión reactiva de la GRD en cualquiera de los tres niveles de la Educación Básica Regular.
- El brigadista de primeros auxilios forma parte de un equipo de docentes con valores y principios que guían su accionar solidario en la institución educativa en situaciones de emergencia.
- El brigadista de primeros auxilios establece el fin prioritario “Prevenir y aliviar el sufrimiento humano en todas las circunstancias”.
- La brigada de primeros auxilios responde de manera específica a las condiciones, características y riesgos presentes.
- El brigadista actúa por disposición de la entidad a la que pertenece como apoyo cuando se produce una emergencia o desastre, proporcionando auxilio a las personas cuando éstas son afectadas.
- El brigadista debe estar consciente de que esta actividad se hace para salvaguardar la vida de las personas.
- Poner como el centro de atención a la persona humana, respondiendo al auxilio sin discriminación de nacionalidad, raza, religión, condición social ni credo político, dedicándose a socorrer únicamente en proporción de la gravedad y necesidad, dando prioridad a lo más urgente.

- El esfuerzo debe dirigirse a aliviar el sufrimiento, proteger la vida, la integridad y la salud de la persona humana.
- Abstenerse de formar parte en los conflictos y, en las controversias de orden político, racial, religioso e ideológico con el fin de conservar la confianza de todos.
- El brigadista debe procurar no entrar en controversias para poder actuar en todo tiempo y lugar.
- Principio de participación con enfoque intercultural: Principio democrático de intervención directa y activa de las personas, promoviendo el desarrollo de la articulación de sus comunidades, grupos y poblaciones con respeto de su autonomía y pluralismo, a partir del reconocimiento de sus capacidades y derechos por encima de las diferencias sociales y culturales.

Perfil del brigadista de primeros auxilios

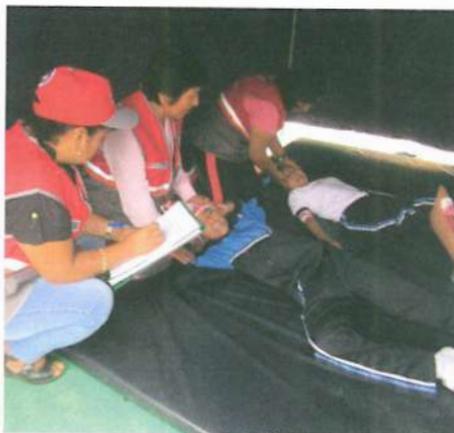
- El brigadista de primeros auxilios es la persona natural que forma parte de la institución educativa.
- Capacidad de motivarse y motivar a la colectividad para el trabajo en equipo.
- Eficacia y eficiencia en cada labor.
- Disposición proactiva para alcanzar metas.
- Franca vocación de colaboración y disponibilidad para el trabajo en emergencias y desastres.
- Conocimientos previos sobre la materia.
- Don de mando y liderazgo.

- Criterio para resolver problemas y capacidad de toma de decisiones.
- Responsabilidad, iniciativa, formalidad, aplomo y cordialidad.
- Incorporación voluntaria.
- Disposición de trabajo en equipo.
- Vocación de servicio, ganas de participar y actitud dinámica.
- Buenas condiciones físicas y mentales.
- El personal que forma la brigada es física, mental y técnicamente apto/a para atender la emergencia.
- El brigadista mantiene una autonomía que les permita actuar de acuerdo con los principios.
- Debe estar acompañado/a siempre por una resuelta toma de partido a favor de los más vulnerables.

Funciones del brigadista de primeros auxilios

Funciones Generales

Las funciones de la brigada de primeros auxilios se organiza en tres momentos, antes, durante y después de la emergencia. Teniendo en cuenta estos tres momentos, las principales actividades que se realizan son:



- Capacitarse en intervenciones básicas de salud, para garantizar el óptimo cumplimiento de su función.
- Mantener en buenas condiciones el equipo que se proporcione para el desempeño de su función.
- Establecer coordinaciones con otras instituciones de la localidad que participen en la respuesta frente a una emergencia (Bomberos, Policía Nacional, Ministerio de Salud, etc.), para un adecuado entrenamiento de la brigada de primeros auxilios.
- Participar en los ejercicios de evacuación de los simulacros que programa el Ministerio de Educación.

Funciones Específicas

De preparación: antes de la emergencia:

- Identificar posibles situaciones de emergencia médica que se pueden presentar en el lugar (padecimientos de los estudiantes, docentes, lesiones por accidentes, etc.)
- Tener disponible el equipo de primeros auxilios y ubicado en los lugares estratégicos previamente elegidos.
- Coordinar la capacitación necesaria para los miembros de la brigada de docentes y escolares de primeros auxilios.
- Organizar a las brigadas escolares de primeros auxilios.
- Verificar que los botiquines de primeros auxilios se encuentren en lugares estratégicos y se encuentren implementados.
- Verificar periódicamente que los botiquines se encuentren con lo necesario para atender la emergencia.
- Verificar periódicamente que los insumos que contiene el botiquín no se encuentren vencidos a través de un Kardex.
- Solicitar a los tutores de aula que nos informen si existe la presencia

- de algún estudiante con alguna patología (diabetes, epilepsia, etc.).
- Tener registradas las atenciones que se realiza a través de una ficha.
- Identificar una zona segura donde se establecerá la atención de los estudiantes heridos.



De respuesta: durante la emergencia:

- Evaluar la condición de los estudiante y docentes afectados.
- Brindar la asistencia básica en primeros auxilios si es que no existiera un personal de salud.



- Determinar el traslado del estudiante herido, siempre con la autorización del director y al mismo tiempo comunicándose con los padres del niño.
- Mantener informado a la Comisión de Gestión del Riesgo de Desastres sobre las acciones que realiza y los requerimientos necesarios para la ejecución de sus tareas.

De rehabilitación: después de la emergencia

- Mantener información sobre el estudiante afectado hasta su incorporación.
- Evaluar la aplicación de los planes de respuesta.
- Elaborar el informe correspondiente.
- Adoptar las medidas correctivas necesarias para mejorar la capacidad de respuesta, teniendo como base la evaluación realizada.



Como brigadistas de primeros auxilios es importante conocer conceptos básicos, los cuales nos servirán para ser aplicados en una situación de emergencia.



CONCEPTOS BÁSICOS

Definición de Primeros Auxilios

Es la atención inmediata y temporal brindada a una persona que la requiere hasta recibir ayuda médica. Se realiza en el mismo lugar del accidente y para el traslado se utilizan los elementos con que se dispone en ese momento.

Es importante destacar que quien realiza primeros auxilios no reemplaza la intervención especializada, sino que la facilita.

Se debe tener en cuenta el perfil de la persona que brinda los primeros auxilios:

- ✓ Tener conocimientos actualizados y claros de la atención que va a brindar.
- ✓ Instrucción teórica y práctica aplicable a la asistencia de las personas afectadas.
- ✓ Ser capaz de tomar decisiones y ejecutar las órdenes.

- ✓ Tener criterio para tomar las mejores opciones en el momento oportuno.
- ✓ Responsabilizarse de la atención que se proporciona.

Recuerde que ante una situación que requiere poner en práctica los primeros auxilios, siempre debe mantener la calma.

Objetivos de los primeros auxilios

- Evitar la muerte.
- Impedir el agravamiento de las lesiones.
- Evitar más lesiones de las ya producidas.

Botiquín Escolar de Primeros Auxilios

El botiquín escolar, es el conjunto de materiales precisos para realizar pequeñas curaciones o aliviar síntomas hasta que el estudiante sea asistido por un profesional de salud o trasladado a un centro de salud cercano.

El botiquín debe ser ubicado en un lugar accesible, conocido por todos se debe controlar el buen estado de los elementos periódicamente.

Se recomienda que sea transportable, puede ser una caja plástica o un bolso correctamente identificado.

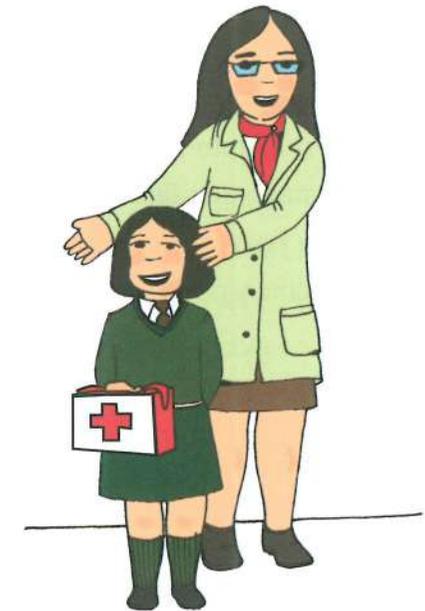
Recomendaciones a tener en cuenta:

- ✓ Debe ser de fácil identificación, y estar en un lugar seguro, accesible pero lejos del alcance de los niños muy pequeños para evitar accidentes.
- ✓ Es necesario que el botiquín tenga pegada en lugar visible la lista de materiales con los cuales cuenta.
- ✓ Debe estar guardado en un lugar fresco, seco y preservado de la luz.
- ✓ Debe tener un directorio de números telefónicos de Hospitales, Bomberos, Sistema de Atención Movil de Urgencias (SAMU) etc.



¿Qué debe contener un botiquín escolar de primeros auxilios?

- ✓ Gasas
- ✓ Vendas
- ✓ Curitas
- ✓ Esparadrapo
- ✓ Tijera
- ✓ Guantes de látex
- ✓ Alcohol
- ✓ Termómetro
- ✓ Linterna
- ✓ Jabón líquido
- ✓ Férulas de madera
- ✓ Cremas para golpes
- ✓ Agua hervida fría
- ✓ Baja lengua



Consideraciones Generales

El docente que forma parte de la brigada de primeros auxilios debe tener en cuenta los siguientes pasos:

Ejerza el control

Si en el lugar existen profesionales especializados para actuar, póngase a su disposición y evite discutir o confrontar. Mientras discuten quien va atender al estudiante y otro miembro de la comunidad educativa, el estado de salud de éste puede empeorar. En caso de que no haya un profesional especializado, usted asume con calma y pone en práctica lo aprendido.

Si no se encuentra seguro de poder brindar la ayuda, no brinde la atención.

Recuerde que no basta tener voluntad para ayudar, es necesario estar seguro y tener los conocimientos necesarios para salvar vidas. No sea impulsivo.

Evalúe la escena

Una vez que se decidió a actuar y considera que puede conservar la calma, intente mirar el lugar donde ocurrió el evento con el fin de pedir la ayuda adecuada.

La primera actitud que debe adoptarse en el lugar del accidente o emergencia es evaluar los riesgos que pueden poner en peligro al brigadista de primeros auxilios, los riesgos del entorno y las características.

En caso de detectarse un peligro potencial, debe esperarse la llegada del auxilio especializado.

En esta etapa, también se analiza la causa probable del accidente. La cantidad de víctimas y gravedad de las mismas y toda otra información que se recoja en el lugar, pueden ser útiles a la hora de informar el suceso.

Siempre debe tratar de responder las siguientes preguntas:

¿Qué pasó?

¿Cómo fue?

¿Cuándo sucedió?

Pida ayuda

Luego de evaluar la escena y observar al estudiante, docente o personal de la institución lesionado o indispuerto, pida ayuda.

Es mejor que delegue esta tarea a otra persona, indique claramente quién debe hacerlo y si en ese momento se encuentra solo, hágalo usted mismo.

RECUERDE que cuando se pide ayuda por teléfono, debe ser transmitida con claridad la información necesaria.

¿Cuándo llamar?

- Cuando usted no sepa qué hacer o si hay peligro.
- Cuando el estudiante, docente o personal de la II.EE no responde bien, respira mal o le duele el pecho.
- Cuando el estudiante, docente o personal de la II.EE fue víctima de un accidente (traumatismo, exposición a tóxicos, electrocución, quemaduras, ahogamiento, etc.).

¿Qué decir?

En todos los casos, antes de comunicarse, deberá conocer:

- El número de teléfono desde donde está llamando.
- La ubicación del evento (dirección o datos de referencia).
- La situación que acontece.
 - Si hay peligro en el lugar.
 - Si se trata de una o más víctimas.
 - Si la víctima está consciente y si respira.

Actúe con prudencia

Actúe solo si es posible hacerlo y si está seguro de que puede ayudar. Antes de hacerlo, repase rápida y mentalmente los puntos 1, 2 y 3 (ejercer el autocontrol, evalúe la escena y pida ayuda).

Si el estudiante, docente o personal de la II.EE fue víctima de un accidente traumático y usted sospecha que sufre una lesión en la columna, es conveniente no moverla hasta que llegue ayuda especializada.

Si el estudiante, docente o personal de la II.EE está consciente y es capaz de comprender, es conveniente tranquilizarla y brindarle confort hasta que lleguen los profesionales.

En cambio, si el estudiante, docente o personal de la II.EE no reacciona y respira, y usted se encuentra solo, colóquela en posición lateral, extiéndale un brazo por encima de la cabeza y flexiónele la rodilla para estabilizarla. Recién entonces busque y solicite ayuda.

Objetivos

La presente guía se basa en un enfoque de Derechos Humanos y permitirá a las y los docentes lo siguiente:

- Conocer las características de las emergencias y las técnicas de primeros auxilios para atender a las víctimas de accidentes o enfermedad repentina en la comunidad educativa a través de las clases interactuadas estudiante-docente.
- Establecer en las instituciones educativas una estrategia de intervención para contar con los instrumentos, equipos biomédicos, medicamentos e insumos básicos que implementen los primeros auxilios.

¿Qué son los primeros auxilios?

Son procedimientos, técnicas que podemos aplicar en forma inmediata, provisional y adecuada a las víctimas de accidentes o enfermedad repentina mientras llega la ayuda especializada o se traslada a un establecimiento de salud. Están destinadas a conservar la vida de la víctima, no agravar o mejorar el estado físico de la misma hasta el momento en que pueda ser atendida por un médico.



Parte II



Nunca deje sola a una víctima. Solicite ayuda y el transporte necesario.

No es suficiente tener buena voluntad para ayudar en estos casos; es necesario poseer nociones elementales de las técnicas de primeros auxilios para actuar con rapidez y eficacia en la atención del accidentado y evitarle complicaciones.

¿Para qué son los primeros auxilios?

El objetivo de los primeros auxilios es el siguiente:

- Conservar la vida
- Evitar complicaciones, tanto físicas como psicológicas
- Ayudar en la recuperación de la víctima.
- Asegurar el traslado de las víctimas a un centro de asistencia



A menos que sea necesario, es preferible dejar a la víctima en la misma posición.

¿Cómo actuar en caso de que se requieran primeros auxilios?

Ante un caso de accidente o enfermedad repentina, hay una serie de pasos que deben seguirse para una correcta asistencia a la víctima.

- Es preferible evitar participar cuando no se tiene conocimiento de los procedimientos de primeros auxilios. El desconocimiento puede llevar a tomar acciones que agraven la situación.



Siete pasos básicos para brindar primeros auxilios

Los principales casos que requieren asistencia de primeros auxilios son la asfixia , las fracturas, las quemaduras, los traumatismos y las hemorragias, entre otros.

1 Control: Antes que nada, deben mantener la calma la persona que presta el auxilio y la víctima afectada; de esta forma, se podrá actuar rápida y efectivamente para ayudar al accidentado. De esto depende la magnitud del daño, el pronóstico de supervivencia y las secuelas.

2 Seguridad: Para proporcionar una buena ayuda, es fundamental estar libre de riesgos tanto para la persona que presta el auxilio como para la persona afectada. Por ello, es importante que evalúes la escena donde ocurrió el accidente, revisando posibles elementos que podrían provocar o continuar haciendo daño. De esta forma, garantizas tu propia seguridad física y la del accidentado.

3 Evaluar al lesionado: Debes verificar el estado general de la persona afectada, su estado de conciencia (si responde a preguntas), condición respiratoria (se visualiza movimientos respiratorios) y circulatoria (pulsaciones).

4 Signos vitales: Son manifestaciones de las funciones vitales como el pulso, la respiración, los cuales son susceptibles de ser percibidos con facilidad por las personas que dan la ayuda.



5 En caso de asfixia: Se puede presentar por ingesta de comida o algún objeto extraño, así como por bronco aspiración o alergias. Si estás cerca de alguna persona que no pueda respirar debido a las causas mencionadas anteriormente, se debe aplicar técnicas de reanimación como la maniobra de Heimlich.

6 Reanimación cardio pulmonar (RCP): En caso de paro cardiorespiratorio, se debe aplicar RCP, que consiste en una combinación de respiraciones y compresiones torácicas que dan un masaje cardiaco externo. Esto se realiza por personal capacitado y entrenado.

7 Transporte de víctima: Existe una serie de técnicas de transporte para las víctimas con los recursos de los que pueda disponer la institución educativa.

Primeros auxilios en la institución educativa

Existen dos acciones fundamentales a realizar:

La **primera acción fundamental** es llevar a cabo un programa de **capacitación en primeros auxilios en el entorno escolar**. Se hace necesaria la formación a los docentes por parte de profesionales: médicos o enfermeros, mediante la realización de talleres teórico-prácticos, los que deben estar destinados a profesores de los distintos niveles. Estos talleres proporcionarán lo siguiente:

- Un conocimiento general de los aspectos más importantes de la prevención de riesgos
- Pautas (con el apoyo de la Guía de Primeros Auxilios) para promover la seguridad, prevención de accidentes y la aplicación de las técnicas de primeros auxilios en las actividades didácticas habituales Enseñanza de la reanimación cardiopulmonar (RCP) a los docentes.

La **segunda acción** es la **implementación del botiquín de primeros auxilios en la institución educativa**.

PARTE III:

Estas serían las bases para un correcto punto de partida a la hora de abordar los primeros auxilios dentro de un centro educativo. A continuación, haremos referencia a los principios generales de primeros auxilios a tener en cuenta por parte de los docentes de un centro de enseñanza.



RECUERDE

1. *Evaluar la situación: será prioridad la seguridad de la escena y el lugar. Asimismo, también evaluar al que brinda el primer auxilio para que no se convierta en otra víctima (por ejemplo, zonas de derrumbe, vidrios rotos, etc.)*
2. *No improvisar*
3. *Mantener la tranquilidad: No entre en pánico; conserve la tranquilidad para actuar con serenidad y rapidez*
4. *No dejar solo al lesionado*
5. *Evaluar el estado de conciencia de la persona afectada tocando suavemente su hombro y preguntándole cómo se siente.*
6. *Revisar posibles lesiones que tenga*
7. *No mover innecesariamente a la persona lesionada ni permitir que se levante o se mueva*
8. *No administrar medicamentos*
9. *No brindar líquidos por boca a personas con alteraciones de conciencia*

Emergencias comunes de las institución educativa

A. Atoramiento

Se presenta por la presencia de un objeto pequeño en las vías respiratorias, el cual ocasiona dolor y dificultad para respirar por la disminución del paso del aire.



1. Si el estudiante está consciente, se le estimulará para que tosa y, si no elimina el cuerpo extraño, realizaremos la maniobra de Heimlich, según se detalla seguidamente:
 - a. El reanimador se situará de pie y detrás de la persona; sujetará al estudiante por detrás, pasando los brazos por debajo de las axilas y rodeando la cintura.
 - b. Colocará las manos (sujetándose ambas manos) sobre el abdomen (boca del estómago, sobre el ombligo) y efectuará 5 compresiones hacia arriba y atrás.

- c. Esta maniobra debe repetirse hasta que el estudiante expulse el cuerpo extraño.



B. Desmayo

En cuanto el afectado presente los síntomas iniciales, colocarle boca arriba con las piernas elevadas.

- a. Aflojar la ropa. Si existe pérdida de conocimiento, colocar en posición de seguridad, manteniendo la apertura de la vía aérea.

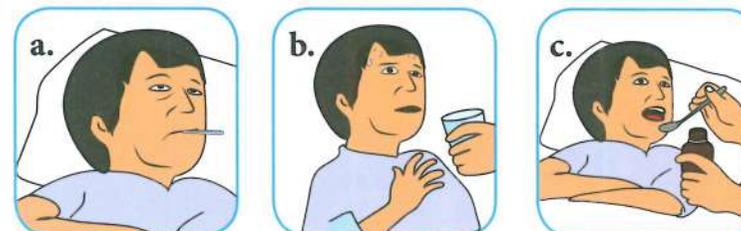


- b. Evitar aglomeraciones en torno al afectado.
c. Tranquilizarlo esperando que su recuperación sea completa.

C. Fiebre

- a. Mantener al estudiante lo menos abrigado posible y apartarlo de cualquier fuente de calor.
b. Administrarle agua .
c. Administrar antipirético (paracetamol) si es que no contamos con un establecimiento de salud cercano donde trasladarlo inmediatamente.

D. Convulsiones



Ante un estudiante diagnosticado de epilepsia o de crisis febriles con convulsiones, el profesor aplicará lo siguiente:

- Mantenerle echado evitando que se golpee con los objetos que le rodean.
- No inmovilizar a la persona.
- Si coincide con fiebre (en estudiantes pequeños), intentar bajar la temperatura aligerandole ropa y administrando un antipirético

Se administrará medicamentos en caso de urgencia, y siempre de manera voluntaria. Para ello, el equipo directivo del centro contará con el informe médico, su tratamiento, normas básicas de actuación y medicación, así como la autorización expresa de los padres para asistirle en caso de necesidad hasta que pueda ser trasladado a un establecimiento de salud más cercano.



Movimientos, contracciones involuntarias de un músculo, de un grupo de músculos o del conjunto de los músculos de todo el cuerpo. Las convulsiones pueden surgir debido a un trastorno neurológico por afectación de un área del cerebro o de la médula espinal.

E. Hipoglucemia

Esto ocurre cuando los niños o niñas acuden al colegio sin tomar desayuno

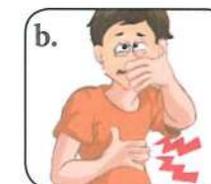
- Debilidad
- Sudoración evidente
- Hambre
- Sed
- Confusión

Acciones

- Si la víctima está consciente y puede tragar, déle alimentos azucarados.
- Siéntela y aguarde la llegada de ayuda o de sus padres.

F. Dolor abdominal

- Tranquilizar al estudiante, buscar un ambiente adecuado, colocarlo en una postura más cómoda y facilitarle el acceso al cuarto de baño si lo precisa.
- Si el dolor es intenso, se asocia a ansiedad, fiebre, sudoración, palidez, náuseas o vómitos, bien localizado en un área del abdomen, o provoca quietud absoluta, trasladarlo a un establecimiento de salud más cercano sin administrarle ningún medicamento.



G. Hemorragia nasal

- a. Sentar al estudiante afectado
- b. Apretar el lado de la nariz que sangra (normalmente a los dos minutos ha dejado de sangrar)
Si no cesa el sangrado, coger una gasa, doblarla en forma de acordeón empapada en agua oxigenada e introducirla lo más profundamente posible en la fosa nasal que sangra, dejando siempre parte de la gasa fuera para poder extraerla después.
- c. Aplicar compresas frías o hielo en la parte posterior del cuello, inclinar la cabeza hacia delante, para impedir que se trague la sangre.



H. Heridas

1. Ante todo, hacer una cuidadosa limpieza de la zona afectada con suero fisiológico o agua "a chorro"
2. Limpiar con una gasa y jabón, siempre de dentro hacia fuera de la herida
3. Cubrir la herida con una gasa estéril y esparadrapo
4. Ante un corte extenso, solo se debe comprimir la herida y derivarlo de inmediato al establecimiento de salud cercano; no aplicar torniquete



No tocar las heridas con materiales sin esterilizar. Tampoco deben soplarse.

Accidentes en emergencias y desastres

A. Contusiones y fracturas

En cualquiera de los casos debe derivarse con urgencia al centro de salud

- **Contusión** (golpe moderado a leve sin sangrado y sin fractura de hueso)
 1. Aplicar compresas de gasas frías, sin contacto directo con la piel (envueltas en un paño)
 2. En aplastamientos intensos, debe inmovilizarse la zona afectada como si se tratara de una lesión ósea
- **Esguince**
 1. Aplicar frío local sin contacto con la piel
 2. Levantar la extremidad afectada y mantenerla en reposo
 3. No mover la articulación afectada
 4. Inmovilizar con un vendaje
- **Luxación**
 1. Aplicar frío local sin contacto con la piel
 2. Dejar la articulación tal y como se encuentre la extremidad
 3. Inmovilizar con un vendaje

- **Fractura cerrada**

1. Aplicar frío local sin contacto con la piel
2. No tocar la extremidad
3. Dejarla en reposo
4. Inmovilizar con un vendaje

- **Fractura abierta**

1. No introducir el hueso dentro de la extremidad
2. Inmovilizar el miembro afectado
3. Cubrir la herida con gasas estériles o paños limpios y, preferiblemente, humedecidos
4. No tocar la extremidad
5. Dejarla en reposo
6. Derivar de manera inmediata al centro de salud más cercano



No hay que lavar heridas profundas o fracturas expuestas. Simplemente, se las cubrirá con gasas o apósitos estériles.

B. Hemorragias

Hemorragia no visible

Reconozca los Síntomas

- Palidez, frialdad
- Mareo, confusión
- Náuseas, vómitos

Acciones

- Evalúe si la persona se encuentra en un lugar seguro y pida ayuda
- Si no hay vómitos, ayude a colocar a la víctima de espaldas.
- Manténgala caliente.
- Esperar la llegada de ayuda.

¿Si la hemorragia es visible que debo hacer?

Generalmente, después de una emergencia se crea el caos, la desesperación de salir y tener el riesgo de caer:

- Evalúe si la persona se encuentra en un lugar seguro y pida ayuda
- Recueste al herido y solicite el botiquín de primeros auxilios.
- Presione con firmeza sobre la herida con un apósito.

- Si la hemorragia no cede, coloque un segundo apósito sin retirar el primero.
- Si es en un miembro y no hay dolor, elévelo.
- Esperar la llegada de ayuda.

C. TRAUMATISMO DE CRÁNEO Y COLUMNA

Generalmente, después de una emergencia se crea el caos, la desesperación de salir y tener el riesgo de caer.

Reconozca los Síntomas :

- Alteración de la conciencia
- Cefalea y vómitos
- Dificultad aguda en la visión
- Convulsiones

Acciones

- Evalúe la seguridad de la escena y pida ayuda.
- Mantenga al afectado inmóvil hasta que llegue personal entrenado

D. CRISIS EMOCIONAL

- Mantener en todo momento la calma
- Mantener informado al estudiante, no mentirle
- Iniciar actividades de contención socioemocional y luego con actividades socioemocionales lúdicas.

E. Otros casos

Para cualquier otro caso como, por ejemplo, crisis asmáticas, reacciones alérgicas, episodios de estudiantes diabéticos, o cualquier otro diagnóstico, los padres,



tutores o responsables directos deben informar al director del centro de esta situación extrema, y proporcionar una fotocopia del informe médico, su tratamiento, así como normas básicas de actuación y medicación. Del mismo modo, deben brindar su autorización por escrito para que se le asista o administre la medicación en caso de necesidad hasta que pueda ser atendido por un especialista entrenado.

Este procedimiento solo podrá ser realizado por los docentes capacitados, entrenados y certificados por el Colegio Peruano de Reanimación.

¿Cómo transportar al estudiante o docente en caso que se encuentre herido?

Transporte de víctimas

Es la necesidad de transportar heridos o a una persona afectada súbitamente por una enfermedad grave o por un accidente. Siempre se debe tener en cuenta siempre la gravedad de sus lesiones. Y, a su vez, se debe garantizar

que no se les ocasionarán nuevas lesiones ya sea por movimientos innecesarios o transporte inadecuado.

Tipos de Transporte de víctimas:

- Transporte de víctimas por arrastre, lo cual se realiza a ras del suelo, asegurando las extremidades superiores al cuello del rescatador; esto permite que el tórax, pelvis, columna vertebral y extremidades inferiores no requieran ser movilizadas. Esto lo realiza un solo rescatista. Es útil en paciente inconsciente.





- b. Transporte de víctimas con “asiento sobre manos”, lo cual se realiza entrecruzando las dos, tres o cuatro manos de dos rescatadores asegurando las extremidades; esto permite que el tórax, columna vertebral y extremidades inferiores no requieran ser movilizadas. Esto lo realizan dos rescatistas.



- c. Levantamiento y transporte de víctimas con tres personas, lo cual se realiza con tres rescatistas; esto permite que el tórax, columna vertebral y extremidades inferiores no requieran ser movilizadas. Se requiere tres personas en lado o seis personas en ambos lados. Importante para paciente inconsciente.



- d. Transporte en silla, se usa cuando la persona está consciente y NO tiene lesiones severas; es útil para bajar escaleras.



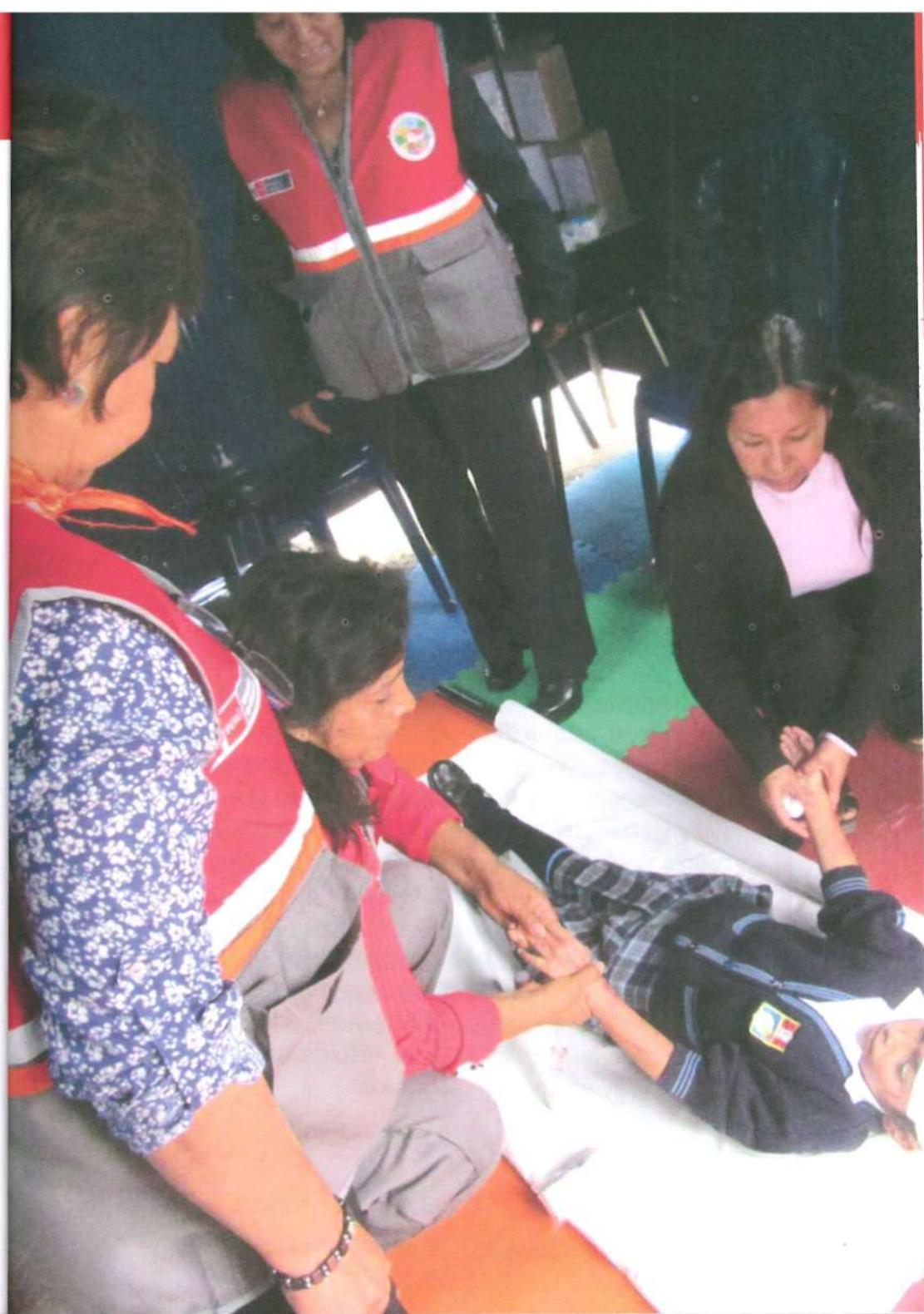
e. Transporte en camilla rígida, que resulta importante para pacientes con lesiones graves, inconscientes y que requieran contar con esta camilla, que puede ser de madera, metal o acrílico. Esto permite que el tórax, columna vertebral y extremidades inferiores no requieran ser movilizadas. Esto lo realizan de 4 a 6 rescatistas, previa inmovilización y aseguramiento del paciente con correa o cuerdas.





RECUERDA:

- *Debes mantener siempre la calma para poder brindar seguridad a la persona afectada*
- *Tranquilizar en todo momento a la persona afectada*
- *No es suficiente tener buena voluntad para ayudar en estos casos, es necesario poseer nociones elementales de las técnicas de primeros auxilios para actuar con rapidez y eficacia en la atención del accidentado y evitarle complicaciones*



REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR

RECUERDA:

Este procedimiento solo lo podrán realizar los docentes capacitados, entrenados y certificados por el Consejo Peruano de Reanimación - CPR.

RCP significa reanimación cardiopulmonar. Es un procedimiento de emergencia para salvar vidas que se utiliza cuando la persona ha dejado de respirar y el corazón ha cesado de latir. Esto puede suceder después de una descarga eléctrica, un ataque cardíaco, un ahogamiento entre otros.

La reanimación cardiopulmonar (RCP), o reanimación cardiorrespiratoria (RCR), es un conjunto de maniobras temporales y normalizadas internacionalmente destinadas a asegurar la oxigenación de los órganos vitales cuando la circulación de la sangre de una persona se detiene súbitamente, independientemente de la causa del paro cardiorrespiratorio.

Se puede presentar daño permanente al cerebro o la muerte en cuestión de minutos si el flujo sanguíneo se detiene; por lo tanto, es muy importante que se mantenga la circulación y la respiración hasta que llegue la ayuda médica capacitada.

Las técnicas de RCP varían ligeramente dependiendo de la edad o tamaño del paciente. Las técnicas más novedosas hacen énfasis en las compresiones por encima de la respiración boca a boca y las vías respiratorias, lo cual revoca la vieja práctica.

Consta de 2 tiempos:

- 1º. Preparación para la compresión
- 2º. Práctica de la compresión

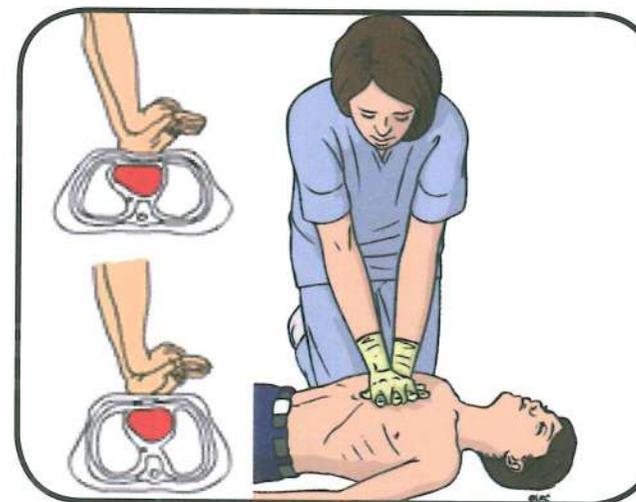
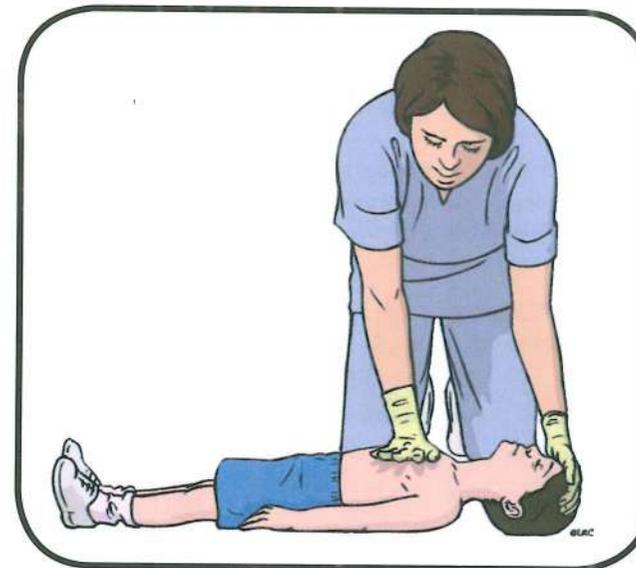
1º. Preparación para la compresión

- a. Tender a la víctima boca arriba sin almohada. Si vomitara agua o alimentos, tender la cabeza hacia un lado mientras devuelve.
- b. Aflojar (o rasgar si es preciso) las ropas de la víctima que opriman la garganta, el tórax o el abdomen
- c. Inspeccionar rápidamente la boca para sacar de ella cuerpos extraños si los hubiera, incluidas las dentaduras postizas
- d. Si la víctima se hubiera atragantado con algo, volverla de costado y darle fuertes golpes con la mano en la espalda, entre los omóplatos. Si no expulsa el cuerpo extraño, practicar el método de Heimlich, descrito anteriormente.

2º. Práctica de la compresión

Esto se lleva a cabo arrodillado junto a la víctima.

- Colocar una mano en la nuca, la otra en la frente; procure elevar la de la nuca y empujar con la de la frente, con lo que habrá conseguido una buena extensión de la cabeza
- Colocar la base de una mano en el esternón justo debajo de los pezones. Asegúrese de que la mano no esté en el extremo del esternón.
- Mantener la otra mano en la frente del niño, sosteniendo la cabeza inclinada hacia atrás
- Aplicar presión hacia abajo en el pecho del niño de tal manera que se comprima entre 5 cm en adultos y niños, y 4 cm en lactantes
- Aplicar 30 compresiones permitiendo cada vez que el pecho se levante completamente. Estas compresiones deben efectuarse de manera RÁPIDA y fuerte sin pausa. Cuente las 30 compresiones rápidamente: "1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, ya".
- Aplicar 2 respiraciones de apoyo resulta factible.
- Luego de un espacio de tiempo, continuar la RCP (30 compresiones cardíacas, seguidas de dos insuflaciones y luego repetir) durante aproximadamente dos minutos.



Elementos esenciales en un botiquín de emergencia



ALCOHOL: Para desinfectar áreas sin heridas

BOTELLA DE AGUA: Para dar de beber a la víctima o para realizar el lavado del área lesionada



BENCINA YODADA: para despegar el apósito de una herida.

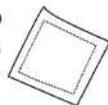


ISOPO: Para hacer pinceladas en áreas pequeñas

JABÓN: para lavar la herida o área lesionada



GASA Sirve como apósito sobre las heridas



ESPARADRAPO para sujetar apósito

VENDAS CIRCULARES o TRIANGULARES: para sujetar apósitos



ALGODÓN: Se emplea en áreas sin heridas como absorbente envuelto en una gasa



GOTERO: Para administrarlo o aplicar ciertos líquidos

TERMÓMETRO: para controlar la temperatura de la víctima



IMPERDIBLES: Para sujetar algunos tipos de vendajes e inmovilizaciones



LINTERNA Y PILAS para alumbrar si la ocasión lo requiere

GUANTES DE LATEX O BOLSAS PLÁSTICAS: Para la protección del socorrista establece u abarrera entre manos y los fluidos corporales de la víctima.



MEDICAMENTOS
Antipiréticos, desinflamantes y analgésicos.



Maleta de emergencia

Para 2 personas adultas

HIGIENE		
	Gel antibacterial	1
	Papel higiénico	2
	Toallas de mano y cara	4
	Paquete de paños húmedos	1
BOTIQUÍN		
	Botiquín de Primeros Auxilios	1
BEBIDAS Y ALIMENTOS NO PERECIBLES		
	Comida enlatada	2 mínimo
	Paquete de galletas de agua	2
	Agua embotellada sin gas (1/2 litro)	4
	Chocolate en barra	2
ABRIGO		
	Manta polar	2
	Pantuflos	2 pares
DINERO		
	En monedas	varias

Características (Referencial)

TIPO DE MOCHILA:
con bolsillos internos, laterales y frontales según disponibilidad

PESO TOTAL APROX:
8 kg



B) Artículos ESPECÍFICOS

Según lo necesara para cada familia

COMUNICACIÓN		
	Linterna y pilas	1
	Radio portátil	1
	Silbato	1
	Agenda con teléfonos de emergencia	1
	Útiles para escribir	1 juego
	Plumón grueso	1
DIVERSOS		
	Bolsas de plástico resistente	10
	Cuchilla multipropósito	1
	Guantes de trabajo	1 par
	Cuerda de poliéster	7m
	Encendedor	2
	Plástico para piso o techo	3m ²
	Cinta adhesiva multiusos	1
	Petate (Alfombra de paja o tela)	1
	Mascarilla	2

PARA BEBÉS E INFANTES		DEL ADULTO MAYOR		DIVERSOS	
	Lata de leche en polvo/ evaporada		Pañales geriátricos		Dinero en efectivo en S/.
	Biberón		Ropa de cambio		Duplicado de llaves
	Papilla		Medicamentos		Lentes adicionales
	Pañales descartables		Medicamentos		Fotocopia: DNI, Licencia de Conducir y Pasaporte
	Juego de cubiertos para niños		Medicamentos		Fotocopia: carnets de seguros y escrituras

NOTA.- Los artículos se pueden adecuar según realidad de cada zona geográfica. • Renovar según fecha de vencimiento, mientras permanezcan almacenados.

Bibliografía

CASTRO, F.J.

2005 "La enseñanza de Primeros Auxilios en el área de Educación Física". EFDportes.com, Revista Digital - Buenos Aires - Año 10 - Nº 84.

CONSEJO PERUANO DE REANIMACIÓN

2010 Normas Peruanas de la Reanimación Cardiopulmonar, del soporte básico de vida y de la desfibrilación temprana.

CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN Y CIENCIA: DIRECCIÓN GENERAL DE CONSTRUCCIONES Y EQUIPAMIENTO ESCOLAR

2002 Manual de Seguridad en los Centros Educativos. Sevilla: Junta de Andalucía.

Ley 31/1995, de 8 de Noviembre de Prevención de Riesgos Laborales. BOE nº 269, de 10 de Noviembre.

MINISTERIO DE SALUD DE CHILE

1996 Norma Nacional de Reanimación Cardiopulmonar del adulto y pediátrica.

MIRÓ, O.; y COLS

2008 Programa de reanimación Cardiopulmonar Orientado a Centros de Enseñanza Secundaria (PROCES): conclusiones tras 5 años de experiencia. Emergencias, 20, 229-36.

1. López (2013). Salud General Volver .Cómo actuar ante un accidente de tránsito. Recuperado el 26 de Noviembre del 2015 de <https://www.suat.com.uy/consejo-medico/137-como-actuar-ante-un-accidente-de-transito/>
2. Foro de Seguridad (2014). Foro de Profesionales Latinoamericanos de Seguridad. Recuperado el 26 de Noviembre del 2015 de <http://www.forodeseguridad.com/artic/prevenc/3080.htm>
3. SOS Emergencias (2014). Manejo de heridos. Recuperado el 24 de Noviembre del 2015 de <http://www.forodeseguridad.com/artic/prevenc/3080.htm>
4. Manual de Seguridad (2010). Grupo Isatur. Recuperado el 26 de Noviembre del 2015 de http://www.grupoisastur.com/manual_isastur/data/es/1/1_12_6.htm
5. Clínica DAM (2015). Especialidades Médicas. Recuperado el 26 de Noviembre del 2015 de <https://www.clinicadam.com/salud/5/000057.html>
6. CLINICA UNIVERSIDAD DE NAVARRA (2014). Recuperado el 26 de Noviembre del 2015 de [http://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/ fiebre](http://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/fiebre)
7. Organización Mundial de Salud (2015). Mordeduras. Recuperado el 26 de Noviembre del 2015 de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs347/es/>

8. Organización Mundial de Salud (2015). Ahogamiento. Recuperado el 26 de Noviembre del 2015 de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs347/es/>
9. Micerebro.com (2015). Sitio de Neurología Pediátrica. Organización Mundial de Salud (2015). Recuperado el 26 de Noviembre del 2015 de <http://www.micerebro.com/seizure1.shtml>
10. EPILEPSY AUSTRALIA (2015). Primeros Auxilios en Caso de Crisis Convulsiva. Organización Mundial de Salud (2015). Recuperado el 26 de Noviembre del 2015 de <http://www.epinet.org.au/downloads/File/pdf/MulitLang/SeizureFirstAid/79073%20SPANISH%20web.pdf>
11. Universidad Católica de Chile (2014). Manual de Patología General. Hemorragias. Recuperado el 26 de Noviembre del 2015 de http://escuela.med.puc.cl/publ/patologiageneral/Patol_047.html
12. Universo Médico. (2015). Primeros Auxilios. Recuperado el 26 de Noviembre del 2015 de <http://www.universomedico.com.mx/primeros-auxilios/157-primeros-auxilios-fracturas.html>
13. Puig (2013). Técnicas de vendaje. Recuperado el 26 de Noviembre del 2015 de <http://tulesion.com/Ficheros/1414.pdf>