



Soporte vital básico en los centros

Aprendiendo a salvar vidas

Patricia Florenza Satorres

Escuela Guillem Fortuny. Cambrils (Tarragona)

Esta experiencia se basa en el programa Soporte Vital Básico (SVB) en los centros docentes. Con el eslogan «Niños salvando vidas. Aprendiendo resucitación cardiopulmonar en las escuelas», la propuesta tiene como objetivo la toma de conciencia del problema que representa el paro cardíaco.



PATRICIA FLORENZA

La salud no lo es todo, pero sin ella todo lo demás es nada.
(Arthur Schopenhauer, 1788-1860)

JUSTIFICACIÓN DE LA PROPUESTA

La salud es un asunto individual, pero también social, colectivo y ambiental. La Organización Mundial de la Salud (OMS) la define como el estado completo de bienestar físico, mental y social, y no solo la ausencia de enfermedades.

El área de educación física, según el Decreto 119/2015, en la dimensión *Hábitos saludables*, cita que «también puede ser útil promover la capacidad de identificar situaciones de emergencia o lesiones y disponer de pautas básicas para saber cómo actuar frente a un accidente».

El soporte vital básico (SVB) es un nivel de atención indicado para

los pacientes con enfermedades o lesiones que amenazan la vida, aplicados hasta que el paciente reciba atención médica completa. Según Pérez de La Plaza y Fernández Espinosa (2013), es el conjunto de procedimientos que se aplica a las víctimas que presentan una parada cardiorrespiratoria (PCR), para sustituir primero, y reinstaurar después, la función fisiológica del corazón y de los pulmones, aportando el oxígeno necesario a las células del organismo y, especialmente, a las del cerebro.

Puede ser suministrado por personal médico capacitado, incluyendo técnicos de emergencias sanitarias, y por personas que hayan recibido formación sobre el SVB. Conocer la cadena de supervivencia es inmensamente útil para profesiones tales como, Cruz Roja, policías, bomberos, maestros, monitores de comedor y personal de seguridad o aerolíneas.

En educación física se puede promover la capacidad para identificar emergencias y disponer de pautas para actuar



A continuación, os presentamos una unidad de programación vertical –desde P3 de educación infantil hasta 6.º de primaria– basada en primeros auxilios. Los contenidos se repiten de forma cíclica y la dificultad es creciente a lo largo de las 6 sesiones establecidas por nivel educativo.

OBJETIVOS

En esta experiencia, pretendemos conseguir los objetivos que aparecen en el cuadro 1.

| Primer ciclo | Segundo ciclo | Tercer ciclo |
|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Conocer las maniobras de SVB. • Identificar el 112 como teléfono de emergencias. • Practicar hábitos higiénicos al finalizar la sesión de EF. | <ul style="list-style-type: none"> • Abrir vía aérea mediante la maniobra frente-mentón y valorar respiración. • Situar al paciente en posición lateral de seguridad cuando está inconsciente pero respira normalmente. • Identificar la actividad física como hábito saludable. | <ul style="list-style-type: none"> • Conocer la reanimación cardiopulmonar cuando el paciente está inconsciente y no respira. • Mostrar interés en los primeros auxilios como herramienta para salvar vidas. • Actuar responsablemente evitando posibles riesgos o accidentes. |

Cuadro 1. Despliegue curricular de educación física en el centro educativo



RECURSOS Y MATERIALES

El material utilizado son esterillas, dos torsos prestados temporalmente por el Hospital Universitario Sant Joan de Reus (Tarragona), un desfibrilador de prácticas (DEA) facilitado por la profesional sanitaria y el material del alumnado (neceser con jabón líquido, toalla, peine o cepillo y camiseta de repuesto).

DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA

Durante el curso 2017-2018, los maestros especialistas en educación física del centro realizamos el curso de formación permanente en SVB llevado a cabo por el Centro de Recursos y Profesores (CRP) Baix Camp en Tarragona. Para la obtención de dicha acreditación, se efectuaron diferentes

actuaciones en el centro educativo a modo de plan piloto.

Durante el curso 2018-2019, se decide incorporar el programa a la programación general del área de EF en la dimensión *Hábitos saludables*.

Este proyecto contiene los contenidos distribuidos por etapas


|  CURRÍCULUM ESCOLAR SVBe | | | | | | | |
|--|-------------|-------------------------------|------------|---|--|---|--|
| Niveles | Edades | CONTENIDO CURRICULAR | | | | | |
| EDUCACIÓN INFANTIL | | | | | | | |
| Educación INFANTIL | 3 4 5 | Peligro Consciencia 112 | | | | | Conocer |
| EDUCACIÓN PRIMARIA | | | | | | | |
| Ciclo INICIAL | 6 7 | Peligro Consciencia 112 | Avisar 112 | | | | Recordar y actuar |
| Ciclo MEDIO | 8 9 | Peligro Consciencia 112 | Avisar 112 | Abrir vía aérea Valorar respiración PLS | | | Recordar y actuar |
| Ciclo SUPERIOR | 10 11 | Peligro Consciencia 112 | Avisar 112 | Abrir vía aérea Valorar respiración PLS | Compresiones torácicas Conocerlas | Recordar y actuar | |
| EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA | | | | | | | |
| 1º y 2º | 12 13 | Peligro Consciencia 112 | Avisar 112 | Abrir vía aérea Valorar respiración PLS | Compresiones torácicas Hacerlas | Recordar y actuar | |
| 3º y 4º | 14 15 | Peligro Consciencia 112 | Avisar 112 | Abrir vía aérea Valorar respiración PLS | Compresiones torácicas Hacerlas bien El desfibrilador Conocerlo | Ventilaciones Obstrucción vía aérea | Recordar y actuar MONITORES |

Imagen 1. SVB en los centros docentes: distribución de contenidos por etapas educativas y ciclos. (Fuente: Consell Català de Resuscitació, <https://bit.ly/2VSPVvm>)



Imágenes 2 y 3. Alumnado de educación infantil y primer ciclo de primaria realizando diferentes actividades del programa

(educación infantil, primaria y secundaria) y por ciclos en el caso de primaria (primero, segundo y tercer ciclo). Son conocimientos que se repiten de forma cíclica, y se añaden aprendizajes nuevos en cada nivel superior, como podemos ver en la imagen 1 (en la página anterior).

En educación infantil, identificamos el número de emergencias (1 – 1 – 2) con unos simples gestos (una boca, una nariz, dos ojos).

En primer ciclo de educación primaria, identificamos el número de emergencias (112) (imagen 2), trabajamos la secuencia de actuación del SVB mediante muñecos de peluche o juego simbólico, y aprendemos a reconocer y prevenir diferentes situaciones de peligro (imagen 3).

En segundo ciclo, incidimos en la secuencia de SVB: aproximación segura, comprobar respuesta, pedir ayuda, abrir la vía aérea mediante la maniobra fren-

te-mentón, comprobar si respira y telefonar 112 (imágenes 4, 5 y 6).

Posteriormente, aprendemos la información básica que debemos dar a los facultativos médicos: quién es el paciente (género, edad...), si está consciente o inconsciente, si respira o no respira y la localización de este para poder enviar la ambulancia en el menor tiempo posible. En caso de que el paciente esté inconsciente pero respire normalmente, se sitúa



Imágenes 4, 5 y 6. Valorar la consciencia, pedir ayuda y avisar a emergencias



Imagen 7. Posición lateral de seguridad



Imagen 8. Reanimación cardiopulmonar (RCP; 2:30)

en posición lateral de seguridad (imagen 7).

En tercer ciclo, añadimos las compresiones torácicas cuando el paciente está inconsciente y no respira junto a 2 ventilaciones (opcional) (véase imagen 8).

Por último, añadimos el desfibrilador, conocido con las siglas DEA (imágenes 9 y 10). Como línea de actuación del plan educativo de entorno, se propone la dotación de un desfibrilador a aquellos centros educativos que estén más alejados del centro de atención primaria del municipio.

Completamos la visita de la profesional sanitaria con la maniobra



Imágenes 9 y 10. Alumnado utilizando el DEA

de Heimlich ante una obstrucción parcial o total de la vía aérea (OVACE). Esta se produce cuando un elemento extraño se aloja en la garganta o en las vías respiratorias, lo que hace necesaria la aplicación de las maniobras adecuadas para su eliminación con el fin de evitar la interrupción de la respiración normal. (Pérez de La Plaza y Fernández Espinosa, 2013).

Si tose, animamos a continuar haciéndolo, porque significa que pasa aire. Se desmontan falsos mitos, como mirar hacia arriba, extender un brazo, golpear la espalda,

La formación en primeros auxilios completa los conocimientos que recibe el alumnado en materia de salud

da, etc. Si deja de toser y la vía continúa obstruida, realizamos 5 golpes secos con el talón de la mano en el centro de la espalda hacia arriba y, por último, si la situación persiste, realizamos la maniobra de Heimlich (imágenes 11 y 12).



Imágenes 11 y 12. Alumnado practicando la maniobra de Heimlich



Este programa, junto con la salud como eje vertebrador y línea de centro, el área de educación física, el Plan Catalán del Deporte y las rutas escolares seguras se recogen en un proyecto llamado *Sano y fuerte, puedo con todo: fomentar unos buenos hábitos saludables es cosa de todos (familia, colegio y municipio)*, que consiguió una mención especial en el ámbito educativo del Plan Integral para la Promoción de la Salud mediante la Actividad y la Alimentación Saludable (Premios PAAS 2018) de la Agencia de Salud Pública de la Generalitat Catalunya.

EVALUACIÓN

Partimos de la Orden EDU/164/2016, de 14 de junio, por la cual se determina el procedimiento, los documentos y requisitos formales del proceso de evaluación en educación primaria. Dividimos el procedimiento de evaluación en 2 grandes bloques: la evaluación por

parte del profesorado y la evaluación por parte del alumnado.

Evaluación por parte del profesorado

Se realiza una evaluación inicial, formativa y sumativa durante todo el proceso de enseñanza-aprendizaje mediante una observación directa; los datos son anotados en una lista de control (cuadro 2).

Autoevaluación y coevaluación

En la puesta en común, el alumnado explica situaciones en el ámbito familiar en las que tuvieron que llamar al 112, la noticia de un niño que había salvado a su madre¹ o la necesidad de que todos y todas debemos formarnos en SVB.

Al finalizar la unidad, **propone-mos al alumnado que valore el nivel logrado (poco, bastante o**

mucho) teniendo en cuenta la prevención de situaciones de riesgo, su sensibilidad y empatía hacia los pacientes, motivación e interés por aprender el algoritmo de SVB, funcionalidad de los aprendizajes en primeros auxilios... También se le propone que valore el de sus compañeros y compañeras.

ATENCIÓN EDUCATIVA EN EL MARCO DE UN SISTEMA INCLUSIVO (DECRETO 150/2017)

Para que la inclusión en EF sea una realidad, han de darse unos principios fundamentales:

- Mantener una programación de referencia.
- Propiciar la comprensión de la realidad.
- Seleccionar tareas inclusivas.
- Adaptar las tareas y los juegos habituales.
- Aplicar métodos inclusivos de enseñanza.

| Alumno/a | Realiza las maniobras de SVB | Identifica el 112 como teléfono de emergencias | Sitúa el paciente que respira en PLS | Conoce la reanimación cardiopulmonar (RCP) | Muestra interés en los primeros auxilios |
|----------|------------------------------|--|--------------------------------------|--|--|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

Cuadro 2. Lista de control. Los ítems cambian en función de la etapa y del ciclo (MB: muy bien; BB: bastante bien; B: bien; PM: puede mejorar)



- Introducir el deporte específico y adaptado para todos.

Nuestra práctica docente se basa en la utilización de estrategias inclusivas entendidas como prácticas educativas que favorecen que todo el alumnado participe activamente de la sesión, independientemente de sus capacidades, limitaciones o características. Así pues, valoramos las diferencias individuales como fuente de enriquecimiento mutuo y sentimiento de pertenencia al grupo (escuela inclusiva).

CONCLUSIONES

La práctica de unos hábitos saludables y un estilo de vida activo favorecen el bienestar y la calidad de vida, facilitan la formación de la autoimagen positiva y contribuyen a prevenir numerosas enfermedades, entre ellas las cardiopatías.

El currículo nos sugiere que incorporemos una serie de rutinas relacionadas con la actividad física, como el calentamiento y los estiramientos, aprender a respirar controlada y adecuadamente, la regulación del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca a partir de las pulsaciones, habituarse a practicar actividad de intensidad moderada, ejecuciones de ejercicios correctos que prevengan malos hábitos posturales, etc.

La formación en primeros auxilios completa los conocimientos que recibe nuestro alumnado referidos a la salud y, aunque esperamos que no los tengan que usar, si se encuentran en caso de emergencia, sepan cómo deben actuar. **Para adquirir dichos conocimientos, es conveniente buscar estrategias que sensibilicen e involucren a toda la comunidad educativa.** En este caso, los maestros asisten a una jornada de formación permanente en el centro de salud, algunas familias lo piden mediante la escuela de padres, y se establecen programas de colaboración entre el centro educativo, la familia y la comunidad.

Fruto de los aprendizajes logrados y de las sensaciones expresadas por el alumnado, sus familiares y el profesorado, valoramos muy positivamente la experiencia. ◀

Notas

- * AGRADECIMIENTOS: Agradecemos la labor didáctica de Susana García, médica, enfermera y técnica sanitaria, por su colaboración desinteresada en los talleres prácticos realizados en el centro, y a Marta Díaz, del Centro de Formación e Innovación en Simulación Josep Maria Martínez Carretero (CFIS-JMMC), por la cesión de los torsos.
- 1. www.crecerfeliz.es/noticias-novedades/a99092/nino-4-anos-salva-vida-madre-diabetical/

Referencias bibliográficas

- «Decreto 119/2015, de 23 de junio, de ordenación de las enseñanzas de la educación primaria». *Diari Oficial de la Generalitat de Catalunya*, núm. 6900, pp. 1-139.
- «Orden EDU/164/2016, de 14 de junio, por la cual se determinan el procedimiento y los documentos y requisitos formales del proceso de evaluación en educación primaria». *Diari Oficial de la Generalitat de Catalunya* (23 junio 2016), núm. 7148, pp. 1-51.
- PÉREZ DE LA PLAZA, E.; FERNÁNDEZ ESPINOSA, A.M. (2013): *Auxiliar de Enfermería. Técnicas básicas de enfermería. Higiene en el medio hospitalario*. Madrid. McGrawHill Education.

Bibliografía

- ZIDEMAN, D.A. y otros (2015): «European Resuscitation Council Guidelines for Resuscitation 2015 Section 9. First aid». *Resuscitation*, núm. 95, pp. 278-287. También disponible en: www.rodekruis.belstorage/main/pdf-13.pdf [Consulta: abril 2019]

Dirección de contacto

Patricia Florenza Satorres

Escuela Guillem Fortuny. Cambrils (Tarragona)
pflorenz@xtec.cat

Este artículo fue recibido en TÁNDEM. DIDÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA en noviembre de 2018 y aceptado en marzo de 2019 para su publicación.