

Instituto de Capacitación para el Trabajo

del Estado de Quintana Roo

# Dirección General

Dirección Técnica-Académica

## PROGRAMA DEL CURSO NO REGULAR

**“PRIMEROS AUXILIOS BÁSICOS”**

**40 HORAS**

|  |
| --- |
| PRESENTACIÓN |
| El Instituto de Capacitación para el Trabajo del Estado de Quintana Roo con el interés de brindarles a todas aquellas personas interesadas en aprender como poder ayudar a otra persona en situaciones de peligro, se ha diseñado el programa de extensión llamado “Primeros Auxilios Básicos”, en la cual las personas aprenderán la manera correcta de reaccionar ante situaciones de emergencia.  El curso “Primeros Auxilios Básicos” tiene una duración de 40 horas, de las cuales el 80% es práctico y el 20% teórico; está integrado por una unidad pero desglosado en 8 temas y 40 subtemas. |
| JUSTIFICACIÓN |
| El Instituto de Capacitación para el Trabajo del Estado de Quintana Roo brinda el curso de extensión denominado “Primeros Auxilios Básicos” dirigido a los pobladores de la comunidad de Aguada la presumida, una de las comunidades más alejadas de la cabecera de José María Morelos, el acceso a la comunidad a través de medios de transporte son poco frecuentes son de una a dos veces a la semana y los fletes están a precios elevados.  Este curso permite a las personas adquirir los conocimientos básicos, las habilidades y destrezas básicas para reaccionar ante una situación de emergencia que pudiera poner en riesgo la vida de terceras personas, ofrece una oportunidad para brindar los primeros auxilios en situaciones diversas como la picadura de una serpiente, hemorragias, quemaduras, intoxicaciones; dando tiempo necesario para trasladar a la víctima a la unidad más cercana de salud según se diera el caso.  La importancia de este curso son los múltiples beneficios que genera, desde adquirir los conocimientos para atender a nuestros familiares, vecinos amigos sin poner en riesgo la vida del mismo, además de proporcionar conocimientos básicos para prevenir lesiones, heridas evitando infecciones y ayudando a la movilización sin riesgo del paciente.  Lo anterior ayudará a fomentar en el capacitando valores, tales como: el compromiso, el espíritu de servicio, la superación individual, el respeto a la vida. |

|  |
| --- |
| OBJETIVOS |
| Al finalizar el curso el capacitando adquirirá los conocimientos, habilidades y destrezas básicas para manejar situaciones de riesgo (accidentes) y reaccionar de la mejor manera ante una mordedura de algún animal, quemaduras, aprender a dar respiración cardiopulmonar, así como también el manejo para la inmovilización del paciente o víctima y el traslado del mismo hacia el hospital o centro de salud mas cercano. |

|  |
| --- |
| DIRIGIDO A |
| El curso “Primeros Auxilios Básicos” está dirigido al público en general.  El aspirante que desee ingresar al curso de “Primeros Auxilios básicos”, impartido en el Instituto de Capacitación para el trabajo del estado de Quintana Roo (ICATQR) deberá cubrir los siguientes requisitos:   * Aplicar la comunicación verbal. * Aplicar la comunicación escrita. * Tener mayor de 15 años * Ganas de aprender     Para poder inscribirse al curso de capacitación, además de cubrir el perfil de ingreso, el aspirante deberá cumplir con los requerimientos del Manual de Control Escolar de los Cursos No Regulares de Instituto de Capacitación para el trabajo del estado de Quintana Roo (ICATQR). |

**PRESENTACIÓN DE LOS CONTENIDOS TEMÁTICOS**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| CONTENIDOS **NOMBRE DEL SUBTEMA** | | |  |
| **UNIDAD** | **TEMA** | **SUBTEMA** |  |
| **1** |  |  | **PRIMEROS AUXILIOS BÁSICOS** |
|  | **1.1.** |  | **Introducción a los primeros auxilios** |
|  |  | 1.1.1. | Definiciones básicas y seguridad personal |
|  |  | 1.1.2. | Anatomía y fisiología humanas. |
|  |  | 1.1.3. | Métodos de exploración. |
|  |  | 1.1.4. | Signos vitales |
|  |  | 1.1.5. | La respiración |
|  |  | 1.1.6. | Los reflejos nerviosos |
|  |  | 1.1.7 | La circulación sanguínea |
|  | **1.2.** |  | **Soporte básico de vida** |
|  |  | 1.2.1. | Tratamiento de la obstrucción de la vía aérea del paciente consciente e inconsciente |
|  |  | 1.2.2. | Atención del paro respiratorio |
|  |  | 1.2.3. | Enfermedades cardiovasculares |
|  |  | 1.2.4. | Atención al paro cardiorespiratorio |
|  |  | 1.2.5. | RCP básico con uno y dos rescatadores |
|  |  | 1.2.6. | Situaciones especiales |
|  |  | 1.2.7. | Puntos a recordar |
|  | **1.3.** |  | **Hemorragias.** |
|  |  | 1.3.1. | Definición y clasificación. |
|  |  | 1.3.2. | Tipos de hemorragias |
|  |  | 1.3.3. | Métodos de contención de hemorragias. |
|  |  | 1.3.4. | Actuación en caso de hemorragia interna |

**PRESENTACIÓN DE LOS CONTENIDOS TEMÁTICOS**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| CONTENIDOS **NOMBRE DEL SUBTEMA** | | |  |
| **UNIDAD** | **TEMA** | **SUBTEMA** |  |
|  | **1.4.** |  | **Heridas** |
|  |  | 1.4.1 | Definición y clasificación |
|  |  | 1.4.2. | Tratamiento de urgencias |
|  | **1.5.** |  | **Quemaduras. .** |
|  |  | 1.5.1. | Definición y clasificación |
|  |  | 1.5.2. | Tratamiento de urgencia. |
|  |  | 1.5.3. | Prohibiciones en las urgencias. |
|  |  | 1.5.4. | Quemaduras críticas. |
|  |  | 1.5.5. | Regla de los nueve. |
|  |  | 1.5.6. | Actuación en caso de quemaduras |
|  | **1.6.** |  | **Esguince, Luxaciones y Fracturas.** |
|  |  | 1.6.1. | Definición, clasificación y Funciones de los huesos. |
|  |  | 1.6.2. | Signos y síntomas. |
|  |  | 1.6.3. | Localización anatómica de esguince, luxaciones y facturas |
|  |  | 1.6.4. | Inmovilización de esguince, luxaciones y facturas |
|  |  | 1.6.5. | Elementos para inmovilizar. |
|  | **1.7.** |  | **Movilización de una víctima.** |
|  |  | 1.7.1. | Generalidades. |
|  |  | 1.7.2. | Reglas para movilizar a una víctima. |
|  |  | 1.7.3. | Métodos manuales y mecánicos de movilización. |
|  | **1.8.** |  | **Intoxicaciones y mordeduras de animales de la zona** |
|  |  | 1.8.1. | Generalidades |
|  |  | 1.8.2. | Tipos de clasificación de intoxicaciones |
|  |  | 1.8.3. | Medidas preventivas |
|  |  | 1.8.4. | Tratamiento de urgencias de las intoxicaciones |
|  |  | 1.8.5. | Tipos y clasificación de mordeduras |
|  |  | 1.8.6. | Tratamiento de urgencias de las mordeduras |

**CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ACTIVIDADES ACADÉMICAS** | | | |
| **ASISTENCIA** | **%** | MÍNIMO REQUERIDO | OBSERVACIONES |
| 20 | 16 |  |
| EVALUACIÓN CONTINUA | **%** | MÍNIMO REQUERIDO | OBSERVACIONES |
| 30 | 24 |  |
| **EVALUACIÓN ESCRITA Y/O PRÁCTICA** | **%** | MÍNIMO REQUERIDO | OBSERVACIONES |
| 50 | 40 |  |
| HORAS DE PRÁCTICA | **%** | MÍNIMO REQUERIDO | OBSERVACIONES |
| 32 | 32 |  |

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES POR UNIDAD

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DE LA UNIDAD 1:** | | **PRIMEROS AUXILIOS BÁSICOS** | | | |
|  | |  | | | |
| **PROPÓSITO:** | | Al finalizar la unidad el capacitando podrá ofrecer de manera segura y correcta los primeros auxilios a una persona lesionada, aplicando las medidas correspondientes dependiendo de la situación. | | | |
|  | |  | | | |
| DESARROLLO TEMÁTICO | ESTRATEGIA DIDÁCTICA | | **APOYO DIDÁCTICO** | **CRITERIO DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
| * 1. **Introducción a los primeros auxilios**      1. Definición básica y seguridad personal      2. Anatomía fisiología humanas.      3. Métodos de exploración.      4. Signos vitales      5. La respiración      6. Los reflejos nerviosos      7. La circulación sanguínea   2. **Soporte básico de vida**      1. Tratamiento de la obstrucción de la vía aérea del paciente consciente e inconsciente      2. Atención del paro respiratorio      3. Enfermedades cardiovascular      4. Atención del paro respiratorio      5. RCP básico con uno o dos rescatadores      6. Situaciones especiales   .   * 1. **hemorragias.**       1. Definición y clasificación.      2. Tipos de hemorragias      3. Métodos de contención de hemorragia      4. Actuación en caso de hemorragia interna. | ***Encuadre grupal:***   * Aplicar la técnica para la integración y comunicación grupal * Presentación general del curso * Material didáctico * Forma de trabajo * Explicar las metas, beneficios y fines del curso * Presentar el objetivo y contenido de las unidades de aprendizaje   ***Contextualización:***   * Coordinación de visitas a hospitales * Invitación de expertos en el tema la aplicación de los primeros auxilios.   ***Teorización:***   * Explicar y demostrar la importancia de la introducción a los primeros auxilios teniendo en cuenta la definición y seguridad personal así como el conocimiento de la anatomía y fisiología del ser humano. * Explicar y demostrar de los tipos de heridas y hemorragias que existen, así como los métodos para cohibir una herida, estado de choque o hemorragia. * Explicar y demostrar los tipos de quemaduras y los métodos de curación para cada uno de ellos. | | ***Instalaciones:***   * Aula – taller de Capacitación   ***Mobiliario:***   * Mesa de trabajo * Sillas * Escritorio * Pintarrón   ***Material :***   * algodón * gasas 10x10cm * guantes desechables * Apósitos * Cinta adhesiva * Microporo * Vendas * Hisopos (aplicaciones) * Abate lenguas * Cartón * cutter | **Evaluación Diagnóstica:**  Documental   * Cuestionario   **Evaluación Formativa:**  Documental   * Cuestionario * Guía de observación * Lista de cotejo   **Evaluación Final:**  Documental   * Cuestionario * Guía de observación * Lista de cotejo | 40 horas |

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES POR UNIDAD

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DE LA UNIDAD 1:** | | **PRIMEROS AUXILIOS BÁSICOS** | | | |
|  | |  | | | |
| **PROPÓSITO:** | | Al finalizar la unidad el capacitando podrá ofrecer de manera segura y correcta los primeros auxilios a una persona lesionada, aplicando las medidas correspondientes dependiendo de la situación. | | | |
|  | |  | | | |
| DESARROLLO TEMÁTICO | ESTRATEGIA DIDÁCTICA | | **APOYO DIDÁCTICO** | **CRITERIO DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
| * 1. **Heridas**      1. Definición y clasificación      2. Tratamiento de urgencias   2. **Quemaduras. .**      1. Definición y clasificación      2. Tratamiento de urgencia.      3. Prohibiciones en las urgencias.      4. Quemaduras críticas.      5. Regla de los nueve.      6. Actuación en caso de quemaduras   3. **Esguince, Luxaciones y Fracturas.**       1. Definición, clasificación y funciones de los huesos.      2. Signos y síntomas.      3. Localización anatómica de esguince, luxaciones y fracturas.      4. Inmovilización de fracturas.      5. Elementos para inmovilizar.   4. **Movilización de una víctima.**      1. Generalidades      2. Reglas para movilizar a una victima      3. Métodos manuales y mecánicos de movilización | * Explicar y demostrar los esguinces, luxaciones y fracturas que son y cómo tratarlos. * Explicar y demostrar del método de movilización de una victima * Explicar y demostrar los tipos de intoxicaciones y mordeduras de animales de la zona, tratamientos de urgencia que se deben aplicar al paciente. * Explicar y demostrar de las alteraciones de la conciencia y bases legales. * Aplicar la evaluación formativa a través de cuestionarios de cada uno de los temas que conforman la introducción de los primeros auxilios.   ***Ejercitación:***   * Realizar por parejas la toma de signos vitales, respiración y reflejo y exponer ante el grupo como y cuanto les da. * Realizar ejercicios en equipo de los diferentes tipos de heridas, quemaduras y hemorragias estudiadas y como aplicar el tratamiento de primeros auxilios para cada uno de ellos. * Investigar y exponer cual es el tratamiento de un esguince, luxación o fractura. | | **Instrumental:**   * Tijeras * Pinzas * Lámpara sorda * Termómetro * Baumanometro * Estetoscopio * Lancetas   **Medicamentos:**   * Sobres de vida suero oral * Dextrostix   **Antisépticos:**   * Isodine (yodo) * Alcohol * Jabón antibacterial * Agua oxigenada |  |  |

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES POR UNIDAD

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DE LA UNIDAD 1:** | | **PRIMEROS AUXILIOS BÁSICOS** | | | |
|  | |  | | | |
| **PROPÓSITO:** | | Al finalizar la unidad el capacitando podrá ofrecer de manera segura y correcta los primeros auxilios a una persona lesionada, aplicando las medidas correspondientes dependiendo de la situación. | | | |
|  | |  | | | |
| DESARROLLO TEMÁTICO | ESTRATEGIA DIDÁCTICA | | **APOYO DIDÁCTICO** | **CRITERIO DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
| * 1. **Intoxicaciones y mordeduras de animales de la zona**      1. Generalidades      2. Tipos y clasificaciones de intoxicaciones, medidas preventivas      3. Tratamiento de urgencias de las intoxicaciones      4. Tipos y clasificaciones de mordeduras      5. Tratamiento de urgencias de las mordeduras | ***Ejercitación:***   * Por parejas exponer cuáles son las reglas para inmovilizar a la víctima, así como la clasificación de los estados de choque. * Con la ayuda de un compañero o muñeco práctica el RCP hasta que lo hayas comprendido y lo puedas aplicar sin complicaciones. * Investigar y exponer las bases legales desde sus generalidades hasta la ley general de salud. * Aplicación de una evaluación formativa con ejercicio teórico práctico     ***Reflexión:***   * Realizar un resumen de todos los temas vistos para aclaración de dudas. * Aplicación de la evaluación final para la comprobación de la captación de los temas vistos. * Despedida y sugerencia de la bibliografía de consulta. | |  |  |  |

**DISTRIBUCIÓN DE CARGA HORARIA**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **UNIDAD** | **TEMAS** | **SUBTEMAS** | **CARGA HORARIA** | **HORAS DE PRÁCTICA** |
| **1** | 9 | 40 | 40 | 36 |
| **TOTALES** | **9** | **40** | **20** | **16** |

|  |
| --- |
| BIBLIOGRAFÍA |
| Programa CAE “Primeros auxilios avanzados”  Naemt: 1993 Apoyo vital Prehospitalario en trauma PHTLS básico y avanzado. Segunda edición, cómite de apoyo vital Hospitalario en trauma de técnicas en urgencias Médicas. México D.F.  Escuadrón SOS AC 2001 manual para el curso básico de Técnico en urgencias Médicas, México D.F.  Cruz Roja Mexicana (2005). Manual seis acciones para salvar una vida. México D.F. |

|  |
| --- |
| CRÉDITOS |
| **INSTITUTO DE CAPACITACIÓN PARA EL TRABAJO DEL ESTADO DE QUINTANA ROO**  **Con la colaboración de:**  **Lic. Alan Rainian Mukul Balam**  **Lic. Saydi Lucelly Cimé Kú**  **REVISO:**  **LPI. JULIA ELENI PADILLA LEDESMA** |