

LA EDUCACIÓN AL DÍA: DÍA INTERNACIONAL DE LA SEGURIDAD Y LA SALUD LABORAL



El próximo 28 de abril se conmemora el Día Internacional de la Seguridad y Salud Laboral. Esta es la cuarta y última propuesta elaborada por el sindicato STEE-EILAS para AULA DE NOTICIAS con el objetivo de sensibilizar a la comunidad educativa sobre la importancia de adquirir conocimientos y actitudes de salud y prevención en las aulas y en la vida cotidiana.

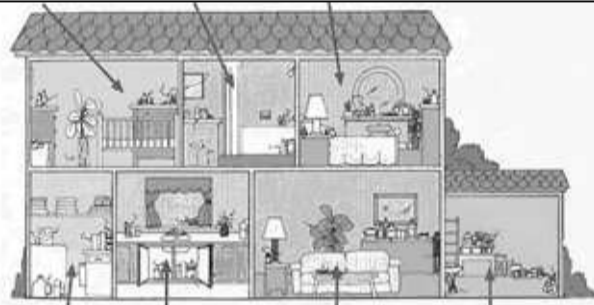
# Primeros auxilios, a cualquiera le puede tocar

En esta ocasión nos acercamos a los conceptos básicos que deben primar en la atención de unos primeros auxilios. Las estadísticas señalan que los accidentes domésticos, y los que suceden en la escuela, son

la primera causa de asistencia en Urgencias en las edades escolares. Deviene fundamental que en las escuelas se enseñe y se aprendan sencillas habilidades que servirán en la vida diaria.

Para más actividades, información o dudas contactar con: [lagranja@stee-eilas.org](mailto:lagranja@stee-eilas.org)  
Teléfono: 948270048

## PROPUESTA PARA EL PROFESORADO



### EN EL AULA

#### A1. A cualquiera le puede tocar.

Lectura del texto de la Ficha con explicación de las palabras o conceptos que no se entiendan. Conclusiones.  
Preguntar por accidentes de los que hayan sido testigos, en la calle, en el centro o en casa y confeccionar una lista en la pizarra en tres columnas. Según el contenido de la ficha deducir como habría que haber actuado en cada caso. Comparación con lo que en realidad se hizo.

#### A2. Los peligros del patio.

Dibujar en un folio un plano aproximado del patio del centro, con la situación de porterías, bancos, árboles, puertas, escaleras, papeleras... Puede llevarse hecho para ahorrar tiempo.  
Por parejas, con rotulador rojo se situarán los puntos que se consideren inseguros por su propia experiencia. Se explicará en voz alta los motivos y se recogerán todos los puntos peligrosos en un plano que se hará llegar a dirección.  
Por parejas se escribirá una lista de actividades que pongan en peligro a otras personas y que se realicen habitualmente en el patio y cómo habría que evitarlas. (Empujones, tirar restos de comida al suelo...)

#### A3. Los peligros en casa.

Repartir una copia del dibujo a cada pareja.  
Dividir la pizarra en columnas con las diferentes estancias de la vivienda y escribir las propuestas de los diferentes peligros que pueda haber en cada una. Cómo habría que evitar estos riesgos. Conclusiones.

#### A4. ¿Por qué hay que...?

Escribir en la pizarra las frases en cursiva de la ficha. Cada pareja debe razonar el porqué de cada norma y aportarlo en la puesta en común. (Mejor en clase de Naturales) Conclusiones con la ayuda de las explicaciones del profe.

#### A5. Reanimación.

En Educación Física se harán ejercicios prácticos de simulación de cada uno de los tipos de actuaciones de los casos que aparecen en la ficha. Igualmente se simularán otros casos como actuación ante un desmayo, atragantamiento, reanimación cardiopulmonar... según el nivel del alumnado.

## FICHA PARA EL ALUMNADO

### LA MEJOR MEDIDA CONTRA LOS ACCIDENTES ES LA PREVENCIÓN

Ante una PERSONA ACCIDENTADA lo más importante es conservar la calma, evitar gritos y alborotos que asusten más a la víctima y seguir las siguientes instrucciones:

**Proteger.** Antes de actuar, detectar posibles peligros que puedan seguir afectando a la víctima y/ o, a quien acuda en su ayuda.

Avisar rápidamente a una persona adulta siempre que sea posible, y sino, directamente pedir ayuda al 112.

**Socorrer.** Tranquilizar a la víctima y comunicar que la ayuda está en camino. Sólo si la situación es grave y no hay una persona adulta próxima, puedes seguir las indicaciones de cada caso actuando con mucha prudencia para no empeorar la situación y teniendo en cuenta que:

No hay que mover a la víctima si hay posibilidad de fractura.

Hay que asegurarse de que tenga **nariz y boca libres** para respirar.

En la mayoría de los casos es conveniente **abrigar a la víctima** y no darle de beber ni comer mientras se espera.



#### HEMORRAGIAS:

Presionar directamente sobre la zona de sangrado con un apósito limpio (pañuelo, gasa, tela...) Mantener la presión hasta 10 minutos. Si no es suficiente apósito se puede colocar otro encima y renovarlo sin mover nunca el primero.

el miembro herido se levantará a una altura por encima del corazón.

Mientras llega la ayuda sanitaria, si sigue saliendo mucha sangre, con peligro grave, hay que hacer un torniquete en el extremo del brazo o pierna, utilizando una banda ancha y anotando la hora de colocación.



#### HERIDAS LEVES: (SIN RIESGO PARA LA VIDA)

Lavarse las manos.

Lavar la herida con agua y jabón.

Echar agua oxigenada en chorro hasta el fondo de la herida y secar externamente con gasa estéril, nunca con algodón.

Aplicar un antiséptico como el yodo, nunca alcohol.

Si quedan cuerpos extraños que no ha arrastrado el agua, los deberá extraer personal sanitario. Si hay riesgo de que entre suciedad se tapaná con una gasa y esparadráp.

Si la herida es profunda conviene una vacuna antitetánica siempre que no se haya aplicado el programa escolar de vacunación correspondiente.



#### HERIDAS GRAVES: MIENTRAS ACUDE LA AYUDA:

Detener la hemorragia o cubrir la herida con una gasa húmeda, y sujetar con venda sin manipular la herida.

#### CONTUSIONES O ESGUINCES:

Colocar a la víctima en posición cómoda con el pie más alto que el corazón.

Aplicar frío (bolsa con hielo picado) sobre la zona, sin contacto directo (el calcetín u otra prenda entre bolsa y piel) durante un máximo de 20 minutos seguidos.

#### QUEMADURAS GRAVES:

Si hay llamas en el cuerpo, echarle encima una manta o prenda grande no sintética hasta apagarlas. Rociar con agua la zona quemada retirando la ropa que no esté adherida a la piel.



#### PEQUEÑAS QUEMADURAS:

Enfriar la zona bajo un grifo durante unos minutos.

No reventar las posibles ampollas.

Aplicar un antiséptico.

Cubrir con gasa parafinada que protegen de las infecciones y no se pegan a la herida. (Las quemaduras se infectan muy fácilmente)



Antes de tocar a una víctima de electrocución hay que desconectar la electricidad, o separarle del conductor eléctrico con un palo de madera o material aislante.