



Consejo de Educación  
Técnico Profesional  
Universidad del Trabajo del Uruguay

**PROGRAMA PLANEAMIENTO EDUCATIVO  
DEPARTAMENTO DE DISEÑO Y DESARROLLO CURRICULAR**

		<b>PROGRAMA</b>			
		<b>Código en SIPE</b>	<b>Descripción en SIPE</b>		
<b>TIPO DE CURSO</b>		050	Curso Técnico Terciario		
<b>PLAN</b>		2013	2013		
<b>SECTOR DE ESTUDIO</b>		740	Deportes y Afines		
<b>ORIENTACIÓN</b>		25c	Deportes Náuticos		
<b>MODALIDAD</b>		---	Presencial		
<b>AÑO</b>		1	Primer Año		
<b>TRAYECTO</b>		---	---		
<b>SEMESTRE</b>		2	Segundo Semestre		
<b>MÓDULO</b>		---	---		
<b>ÁREA DE ASIGNATURA</b>		6050	Prevención 1º auxilios		
<b>ASIGNATURA</b>		33915	Prevención lesiones 1º auxilios		
<b>CREDITOS EDUCATIVOS</b>		5			
<b>ESPACIO o COMPONENTE CURRICULAR</b>		---			
<b>MODALIDAD DE APROBACIÓN</b>		"Con derecho a Exoneración"			
<b>DURACIÓN DEL CURSO</b>		Horas totales: 48	Horas semanales: 3	Cantidad de semanas: 16	
Fecha de Presentación: 11-11-2016	Nº Resolución del CETP	Exp. Nº	Res. Nº	Acta Nº	Fecha __/__/____

## FUNDAMENTACIÓN

Esta asignatura tendrá como cometidos abordar las normas de seguridad que garanticen minimizar los riesgos de lesión deportiva, así como poder prevenir accidentes típicos del deporte.

Se vera de garantizar las correctas medidas a utilizar ante una situación problemática vinculado al auxilio inmediato de accidentes y lesiones.

Poder contribuir a los conocimientos necesarios para la recuperación del deportista, conociendo que es lo que puede hacer y sus limitaciones.

## OBJETIVO

Brindar herramientas de carácter teórico y practico aplicada a la práctica deportiva en sus diferentes niveles, que habilite primero a una prevención y segundo a la intervención adecuada en el caso de ser necesaria la acción.

Generar conciencia de la importancia de los conocimientos preventivos a la hora de desempeñar el rol como técnico.

## CONTENIDOS

### UNIDAD 1:

Definiciones Básicas. Primeros Auxilios. Primer respondiente.

Seguridad personal: Evaluación de la escena, seguridad y situación. Reglas de seguridad.

Evaluación de lesionado: Evaluación Inmediata Simultánea. Evaluación primaria. Evaluación secundaria.

Signos Vitales: Técnica V.E.S. Valores normales de los signos vitales.

Obstrucción de la vía aérea: Métodos manuales de manejo de la vía aérea. Maniobra de desobstrucción de la vía aérea en adulto. Maniobra de Desobstrucción de la vía aérea en adulto inconsciente.

Respiración de Salvamento para adultos: Maniobra de respiración de Salvamento.

Reanimación Cardio Pulmonar (RCP): Maniobra de Reanimación cardiopulmonar. Posición de recuperación.

## UNIDAD 2:

Heridas y hemorragias: Tipos de heridas y hemorragias. Métodos para cohibir una hemorragia.

Esguinces, Luxaciones y Fracturas: Definiciones. Tratamiento.

Vendajes: Reglas para realizar un vendaje. Vendaje circular. Vendaje en espiga. Vendaje en 8. Cabestrillo. Capelina.

## UNIDAD 3:

Urgencias ambientales: Lesiones cutáneas por calor: quemaduras. Tipos de quemadura. Quemaduras específicas.

Lesiones sistémicas por calor: calambre, agotamiento, golpe de calor.

Lesiones cutáneas por frío: frostbite.

Lesiones sistémicas por frío: hipotermia.

Padecimientos Médicos Más comunes en Urgencias: Epilepsia y convulsiones.

Hipoglucemia. Asma

Infarto Agudo al Miocardio y angina de pecho. Crisis Hipertensiva.

Intoxicaciones y envenenamientos.

Elementos básicos de un botiquín de primeros auxilios.

## PROPUESTA METODOLOGICA

Se trabajara desde los aspectos conceptuales mencionados en los contenidos buscando articular de manera dinámica los aspectos conceptuales con las dinámicas que intervienen en el deporte. Se buscara fomentar la conciencia de la importancia de este conocimiento en la práctica deportiva pero también en la vida diaria.

## EVALUACIÓN

El proceso de evaluación se concibe como una dimensión de gran importancia en el proceso educativo fortaleciendo el dialogo y la confianza entre los actores. La misma tendrá un objetivo de recolección sistemática de información que habilite la reflexión y dialogo del evaluador y el evaluado en relación al alcance de los objetivos del proceso. La evaluación como recolección de información se centrara en los procesos de dialogo fortaleciendo la confianza de las partes y adecuando las herramientas evaluativas al desarrollo de la propuesta. Se presentaran propuestas vinculadas a la resolución de problemas donde se ponga en juego los conocimientos trabajados en el desarrollo del curso que fortalezcan el uso de herramientas y la generación de posturas resolutivas frente a conflictos que se plantean en el vínculo de conocimientos con las realidades cambiantes.

## BIBLIOGRAFÍA SUGERIDA

- Cruz Roja. Manual de primeros auxilios. Madrid: Alhambra Pearson Educación; 2003. Canabal A, Navarrete P, Sánchez Izquierdo.
- Primeros Auxilios Y RCP', National Safet Council (Editor) et al, Jones & Bartlett Pub, 1994
- Delgado M, Tercedor P (2002). Estrategias de intervención en Educación para la salud desde la Educación Física. INDE: Barcelona.
- Devís J (Coord.) (2000). Actividad física, deporte y salud. INDE: Barcelona.
- Latorre PA, Herrador J (2003). Prescripción del ejercicio físico para la salud en la edad escolar. Aspectos metodológicos, preventivos e higiénicos. Paidotribo: Barcelona.