



CARRERA: FIT - Monitor Deportivo

Primeros Auxilios

Módulo: I

Modalidad: Presencial

Carga Horaria: 2

Créditos educativos: 3

Dirección Técnica de Gestión Académica

Programa de Educación Terciaria

Departamento de Desarrollo y Diseño Curricular

I) Propósitos de la unidad curricular

La unidad curricular Primeros Auxilios tiene por propósito desarrollar en los futuros monitores deportivos las competencias básicas para actuar adecuadamente ante emergencias o accidentes en entornos deportivos, comunitarios o educativos.

Busca promover la prevención, la respuesta rápida y el cuidado responsable, fortaleciendo la capacidad de los estudiantes para brindar una atención inicial efectiva, segura y coordinada hasta la llegada de personal especializado.

Aporta al perfil de egreso al asegurar que el egresado conduzca sesiones seguras, identifique riesgos y adopte medidas preventivas y de primeros auxilios, contribuyendo a entornos saludables y protegidos.

II) Logros de aprendizaje

- Reconoce los principios generales de los primeros auxilios y la importancia de la respuesta inmediata ante posibles peligros para poder asegurar prácticas deportivas seguras para la población objetivo.
- Identifica los distintos tipos de urgencias y emergencias que pueden ocurrir en contextos deportivos para asegurar una atención eficiente frente a una situación de emergencia y además aplica técnicas básicas de reanimación cardiopulmonar (RCP) y atención inicial ante lesiones comunes para poder actuar con solvencia frente a situaciones de riesgo.
- Evalúa el entorno y adopta medidas seguras para evitar mayores daños a la persona accidentada y a sí mismo e integra la perspectiva del cuidado, la ética y la responsabilidad social en la atención primaria ante una emergencia para atender la situación con solvencia dado su rol.

III) Saberes estructurantes de la unidad curricular

- Principios generales de los primeros auxilios
- Atención de lesiones y emergencias más frecuentes.
- Prevención, autocuidado y responsabilidad ética.

Saberes Estructurantes	Saberes Asociados	Saberes de profundización
Principios generales de los primeros auxilios.	Conceptos de salud, urgencia y emergencia.	1.1 Concepto, objetivos y límites de la atención primaria. 1.2 Cadena de supervivencia. 1.3 Conducta PAS (Proteger – Avisar – Socorrer).
Prácticas de primeros auxilios	Valoración inicial y seguridad en la escena. Técnicas básicas de atención inmediata. Atención de lesiones y emergencias más frecuentes.	Evaluación del entorno y del accidentado. Signos vitales: pulso, respiración, temperatura y conciencia. Prioridades en la atención y comunicación con los servicios de emergencia. Reanimación cardiopulmonar (RCP) y maniobra de Heimlich en adultos, niños y lactantes. Control de hemorragias y shock. Posición lateral de seguridad. 4.1 Lesiones musculares, fracturas, luxaciones y esguinces. 4.2 Golpes de calor, hipotermia, deshidratación y síncope. 4.3 Quemaduras, heridas, intoxicaciones y picaduras.

Prevención, autocuidado y responsabilidad ética.	Bioseguridad y prevención de contagios. Manejo del estrés y autocontrol. Comunicación y trabajo en equipo en situaciones de crisis.	Ética del cuidado y confidencialidad. Gestión y seguridad del entorno. Importancia del botiquín deportivo. Actuación frente a lesiones deportivas y traumatismos. Actitudes frente a la emergencia: empatía, calma y responsabilidad Coordinación con servicios de emergencia y cadena de supervivencia. Rol del Monitor deportivo frente a situaciones de emergencia.
--	---	--

IV) Orientaciones pedagógicas

Orientaciones Metodológicas

Desarrollar exposiciones generales, trabajar sobre talleres de intercambio, alternando la exposición de temas con su discusión y reflexión. Preparar material de apoyo así como brindar amplia bibliografía complementaria. Promover el trabajo en equipo, favoreciendo la comprensión de situaciones con las que se encontrarán en los diferentes espacios de intervención. Utilizar juegos y actividades para mantener la motivación y el interés. Promover la gradualidad desde habilidades básicas a habilidades más complejas.

Orientaciones para la evaluación

Promover propuestas integradoras, priorizando la resolución de problemas cualitativos superadores de la repetición de conceptos dados. Deberá especificarse

el tipo de evaluación a aplicarse en cada caso, la escala de nota correspondiente y condiciones para la aprobación del curso. Final integrador: diseñar y ejecutar una propuesta de iniciación multideportiva en un contexto comunitario.

Evaluación sumativa: Simulación práctica de atención ante accidente o lesión deportiva, aplicando los protocolos de primeros auxilios y demostrando autocontrol y criterio técnico.

V) Bibliografía

ANEP – CASMU. Manual de Primeros Auxilios. Disponible en:
<https://www.anep.edu.uy/sites/default/files/images/2024/noticias/junio/240606/Manual%20de%20Primeros%20Auxilios%20versión%202024.pdf> (13/10/25)

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.

[ANEP- DGETP UTU. “Tecnatura en Deportes Náuticos”. Asignatura: Prevención 1º auxilios - 2º semestre, Disponible en:
<https://planeamientoeducativo.utu.edu.uy/sites/planeamientoeducativo.utu.edu.uy/files/2018-04/prevencion-lecciones-II.pdf> (28/10/25)]