



Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin de Grado

PROGRAMA DE EDUCACIÓN SANITARIA SOBRE
PRIMEROS AUXILIOS EN FUERZAS Y CUERPOS DE
SEGURIDAD DEL ESTADO

“FÓRMATE, PROTÉGENOS”

A FIRST AID EDUCATION PROGRAM DESIGNED TO STATE
SECURITY FORCES AND CORPS

“TRAIN YOURSELF, PROTECT OURSELVES”

AUTOR

Mónica Moreno Los Arcos

DIRECTOR

Enrique Tobajas Asensio

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

AÑO ACADÉMICO 2019-2020

ÍNDICE

1. RESUMEN.....	3
2. INTRODUCCIÓN.....	5
3. OBJETIVOS.....	8
4. METODOLOGÍA.....	9
5. DESARROLLO DEL PROGRAMA.....	10
5.1Justificación.....	10
5.2Diagnósticos de enfermería.....	10
5.3Población diana y captación.....	10
5.4Estrategias y actividades.....	11
5.5Recursos necesarios.....	14
5.6Ejecución.....	14
5.7Evaluación.....	15
6. CONCLUSIONES.....	16
7. BIBLIOGRAFÍA.....	17
8. ANEXOS.....	20

1. RESUMEN

Introducción: Los primeros auxilios consisten en la atención brindada a víctimas de accidentes o enfermos repentinos, en el lugar del suceso y antes de que lleguen los profesionales sanitarios. El principal objetivo es el mantenimiento de la vida y la prevención de secuelas posteriores. Esta primera atención es muy importante no solo en el ámbito físico, sino también en el psicológico, cobrando gran importancia la primera actuación en los sentimientos o conductas que puedan derivarse de una situación excepcional. Los agentes de las fuerzas y cuerpos de seguridad del estado, por la naturaleza de su trabajo y por la rapidez en su tiempo de respuesta, son en muchas ocasiones los primeros intervinientes en situaciones que requieran la aplicación de primeros auxilios, por lo que una buena formación en ellos es importante para la buena resolución de diferentes emergencias extra hospitalarias.

Objetivos: Aumentar los conocimientos y habilidades de los agentes de las fuerzas y cuerpos de seguridad del estado en el ámbito de los primeros auxilios mediante el diseño de un programa de formación teórico-práctico.

Metodología: Se ha llevado a cabo una revisión bibliográfica a través de diversas bases de datos y páginas web con el fin de conocer datos e información relevante y actualizada para el posterior desarrollo del Programa Educativo sobre primeros auxilios dirigido a Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del estado.

Conclusión: Es importante que la población tenga formación en primeros auxilios, para ello se debe destacar el papel fundamental de la enfermería en el ámbito educativo. Entre los diferentes colectivos, se puede destacar la necesidad de formación de los agentes, ya que en general tienen pocos conocimientos en primeros auxilios y son en muchas ocasiones los primeros que deben ponerlos en práctica.

Palabras clave: "primeros auxilios", "enfermería", "educación sanitaria", "policía"

ABSTRAC

Introduction: First aid consists of the care provided to accident victims or sudden patients, at the happening place and before health-care professionals arrive. The main objective is the maintenance of life and the prevention of subsequent sequelae. This first attention is very important not only in the physical field, but also in the psychological one, with the first action taking on great importance in the feelings or behaviors that may derive from an exceptional situation. The State Security Forces and Corps, due to the nature of their work and the speed of their response time, are often the first responders in situations that require the application of first aid, so a good training for them is important for the good resolution of different extra hospital emergencies.

Objectives: To increase police agents' knowledge and skills in the field of first aid by designing a theoretical-practical training program.

Methodology: A bibliographic review has been carried out through several databases and web pages in order to obtain relevant data and information and to update it for the subsequent development of the Educational First Aid Program aimed at the State Security Forces and Corps.

Conclusion: First aid is a very important topic in our society and it is important that the population is trained on it, therefore the fundamental role of nursing in the educational field should be highlighted. Among the different groups, the necessity of training for officers can be highlighted, since, in general, they have little knowledge of first aid and are often the first to put it into practice.

Key words: "first aid", "nursing", "health education", "police".

2. INTRODUCCIÓN

Podríamos definir los primeros auxilios, como la primera atención brindada a víctimas de accidentes o enfermos repentinos, llevado a cabo en el lugar del suceso y antes de que llegue el personal sanitario. El principal objetivo es la conservación de la vida, sin dejar de lado otros como evitar complicaciones físicas y psicológicas posteriores o garantizar el traslado de las víctimas a un centro hospitalario. (1,2)

Estos primeros cuidados tienen gran importancia a largo plazo, ya que pueden ser determinantes para la posterior evolución y recuperación. (1)

Los accidentes extra hospitalarios pueden ser menos aparatosos e incluso pueden solucionarse sin necesidad de sanitarios si las personas que los presencian o llegan en primer lugar tienen habilidades para prestar una atención temprana ante accidentes de distinta naturaleza. (3)

Dentro de los distintos accidentes que pueden necesitar primeros auxilios, un estudio realizado por la "European Resuscitation Council" pone de manifiesto que las paradas cardiorrespiratorias extra hospitalarias en Europa, suponen un problema de salud pública, suponiendo en los países industrializados una de las primeras causas de muerte. (4,5)

Los avances científicos y de técnicas en el ámbito sanitario son constantes, pero a pesar de ello, el pronóstico de las paradas cardiorrespiratorias no ha mejorado significativamente y ello se debe a que cuando esta se produce, los principales factores para un buen pronóstico son la rapidez y la eficacia de la RCP. (6,7)

Debido a las características de su puesto, los agentes de las fuerzas y cuerpos de seguridad del estado, son en muchas ocasiones los primeros intervinientes, ya que su proximidad con la ciudadanía y su flota de vehículos hace que en muchas ocasiones lleguen antes que los sanitarios. Además de esto, entrenar a los agentes y proporcionar desfibriladores a las patrullas podría ser una medida efectiva que permita reducir el tiempo de respuesta en las paradas cardiorrespiratorias extra hospitalarias y con ellos, aumentar la supervivencia. (8)

Un meta-análisis realizado por Hurain y Eisenberg puso de manifiesto que en los casos en los que los agentes realizaban la primera descarga, la supervivencia aumentaba considerablemente. (9)

Según otro estudio de Waalewijn y col. En el 19% de paradas cardiorrespiratorias los primeros en intervenir son los agentes, que tienen un tiempo de respuesta de 3 minutos en comparación con los 8 de media de los servicios de emergencias. (4,10)

En algunos países como Tanzania, los encargados de prestar el primer auxilio sanitario, son los propios policías, además también son los encargados del traslado al hospital. Pero a pesar de que una parte de su formación consiste en un curso sobre primeros auxilios, un estudio sobre sus conocimientos reveló que tenían un nivel bajo. Por ellos se realizó un nuevo curso sobre primeros auxilios extra hospitalarios tras el cual, sus habilidades y confianza aumentaron. (11)

Cabe destacar que la calidad de la formación no tiene ningún sentido si no se realiza con cierta periodicidad, recomendando al menos un curso cada dos años. (8)

Según la Cruz Roja, "las necesidades psicológicas, resultantes de acontecimientos que producen tensión, o de desastres o accidentes, etc., deben ser atendidos al mismo tiempo que las necesidades físicas más evidentes". (12)

En la actualidad no es muy común la educación en primeros auxilios psicológicos o al menos, es mucho menos frecuente que los primeros auxilios médicos, pero si se les da la importancia que tienen, también deberían ser enseñados a la población. (13,14) Al igual que ocurre con los primeros auxilios médicos, la ejecución de estos no requiere de personal sanitarios profesional, sino que los distintos grupos de la sociedad, con la debida formación pueden ponerlos en uso. Diferentes modelos coinciden en que la actuación psicológica desde un primer momento, ayuda a restablecer el equilibrio emocional. (13,15)

Las alteraciones derivadas de problemas sociales, afectivos y económicos son temas que los agentes deberían saber manejar. El desconocimiento de

técnicas de abordaje en estos casos puede derivar en una percepción negativa de los ciudadanos. (16)

Los estudios llevados a cabo en diversos países reflejan que la educación sanitaria en la población, es una medida con resultados eficaces y rentables ante situaciones de emergencia o accidentes, por lo que lo ideal sería que los agentes, que son en muchas ocasiones la primera respuesta, tuvieran habilidades para brindar la ayuda inicial y el primer apoyo emocional. (6,16)

Aquellos que actúan como educadores para la salud, tienen un relevante papel y deben evaluar al paciente que van a educar para ser capaces de dotarles de conocimientos que amplíen sus habilidades en temas de salud. (17)

Para dotar de los conocimientos necesarios sobre primeros auxilios a la población, el personal sanitario, entre ellos las enfermeras, tienen como herramienta principal la Educación para la Salud. Para que esta sea efectiva, debe ver cuáles son las técnicas didácticas más adecuadas en la impartición de los cursos. (3,8)

Estas funciones docentes llevadas a cabo por los enfermeros tienen un papel relevante en todos los niveles asistenciales, aunque fundamentalmente en atención primaria, donde se trata de una herramienta fundamental. (18, 19) Para ello, existe una amplia parte de la legislación encaminada hacia la enfermería de la actualidad, que nos dota de más responsabilidad y autonomía, entre estas responsabilidades tenemos de forma ineludible la Educación para Salud. Correspondiendo a los enfermeros "aquellos cuidados orientados a la promoción, mantenimiento y recuperación de la salud." (20,21)

La educación para la salud es por tanto un elemento fundamental en el rol de enfermería, pudiendo considerarse los programas educativos que se llevan a cabo como "intervenciones terapéuticas" que conllevan beneficios importantes. (10,22)

3. OBJETIVOS DEL TRABAJO

OBJETIVO GENERAL

Diseñar un programa educacional sobre primeros auxilios dirigido a los componentes de las Fuerzas y Cuerpos de seguridad del estado de la provincia de Zaragoza.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Aumentar conocimientos para detectar signos vitales y realizar una correcta RCP.
- Conocer métodos de actuación ante accidentes como heridas, quemaduras y atragantamientos.
- Ampliar los conocimientos de los participantes sobre movilizaciones seguras.
- Ser capaces de detectar posibles afectaciones psicológicas derivadas de acontecimientos traumáticos y conocer estrategias para un primer apoyo psicológico.

4. METODOLOGÍA

Se ha llevado a cabo una revisión bibliográfica en varias bases de datos, para la cual se han utilizado las siguientes palabras clave: "primeros auxilios", "enfermería", "educación sanitaria", "policía" y los operadores booleanos "or" y "and".

Para reducir el número de resultados, se ha utilizado una búsqueda avanzada en la que los criterios principales han sido idioma; español e inglés y disponibilidad de texto completo. Además, se intentó realizar una selección de los artículos publicados en los últimos 10 años, aunque dada la relevancia de algunos de ellos, se incluyeron, aunque no cumplieran este criterio.

Además de las bases de datos, se ha contactado con las dos principales asociaciones de Policía Nacional (SUP) y de Guardia Civil (AUGC) para conocer de cerca el nivel de formación de los agentes, así como su opinión sobre la realización de un programa de formación sobre primeros auxilios (ANEXO 10).

También se han consultado páginas web como "Stop accidentes" <https://stopaccidentes.org/> o "Cruz Roja España" <https://www2.cruzroja.es/>.

TABLA 1. DATOS REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

FUENTES CONSULTADAS	RESULTADOS ENCONTRADOS	RESULTADOS SELECCIONADOS
CUIDEN	3	1
SCIENCEDIRECT	15	5
SCIELO	11	4
GOOGLE ACADÉMICO	23	10
PUB MED	7	2

Una vez finalizada la revisión bibliográfica, se va a llevar a cabo un programa de educación sanitaria sobre primeros auxilios dirigidos a los agentes de los cuerpos y fuerzas de seguridad del estado, con la intención de aumentar sus conocimientos y habilidades en ese tema.

En el ANEXO 11 se incluye un diagrama de Gantt con la planificación llevada a cabo para el desarrollo del programa.

5. DESARROLLO DEL PROGRAMA

5.1 JUSTIFICACIÓN

Debido a que los agentes se encuentran con frecuencia con situaciones en las que son los primeros intervinientes, estos deberían recibir una formación específica, obligatoria y periódica sobre RCP y primeros auxilios. (8)

Además, tras informarme a través de diferentes miembros de las fuerzas y cuerpos de seguridad, he conocido que su formación en esta materia es insuficiente, quedando en decisión de cada uno si quiere formarse de forma extra. Por ello considero que un programa educacional de estas características ampliaría sus habilidades y confianza ante posibles situaciones en las que tengan que intervenir.

5.2 DIAGNÓSTICOS DE ENFERMERÍA

Para la realización del programa se han definido los siguientes diagnósticos enfermeros a través de la taxonomía NANDA, NIC Y NOC. (23)

TABLA 2. DIAGNÓSTICOS ENFERMEROS

NANDA	NOC	NIC
(00126) Conocimientos deficientes.	(1805) Conocimiento: conductas sanitarias.	(5510) Educación sanitaria. (5520) Facilitar el aprendizaje.
(00069) Afrontamiento inefectivo.	(1606) Participación: decisiones sobre asistencia sanitaria.	(5230) Aumentar el afrontamiento.

5.3 POBLACIÓN DIANA Y CAPTACIÓN

La población diana a la que va dirigida el programa de educación sanitaria sobre primeros auxilios son los agentes de las fuerzas y cuerpos de seguridad del estado de la provincia de Zaragoza que no hayan tenido formación en este ámbito en los últimos dos años.

La captación se realizará mediante una oferta del programa a través de los mandos superiores de las fuerzas y cuerpos de seguridad del estado de la

provincia de Zaragoza, enviándoles folletos informativos (ANEXO 1) y carteles para que sean colocados en las delegaciones principales (ANEXO 2).

5.4 ESTRATEGIA Y ACTIVIDADES

Programa realizado para el aumento de conocimiento y habilidades en el ámbito de los primeros auxilios tanto médicos como psicológicos en los agentes de la Guardia Civil y Policía Nacional de Zaragoza.

La duración será de dos semanas, realizándose 2 sesiones por semana. Se realizará la primera quincena de septiembre y las clases serán los martes y jueves por la tarde. La duración de cada sesión será de una hora y media, dividiéndose todas ellas en una primera parte teórica y una segunda parte práctica. En la parte teórica de la sesión se proporcionará información que amplíe los conocimientos de los participantes en el tema correspondiente a cada sesión; mientras que la parte práctica estará encaminada a aumentar las habilidades y confianza en la realización de distintas técnicas.

Los grupos serán de 20 participantes para que la parte práctica pueda realizarse con mayor fluidez y con una mejor atención a los participantes por parte de los profesionales que impartan las sesiones.

Cada una de ellas abarcará un tema dentro del ámbito de los primeros auxilios. Dichos temas han sido elegidos en base a aquellas situaciones con las que los agentes pueden encontrarse en necesidad de aplicar primeros auxilios.

Los temas de las sesiones serán los siguientes:

- Sesión 1: Signos vitales y RCP.
- Sesión 2: Quemaduras, heridas y atragantamientos.
- Sesión 3: Movilización de pacientes.
- Sesión 4: Primeros auxilios psicológicos.

Cada sesión tendrá 30 minutos de teoría, 45 minutos de práctica y 15 minutos finales para el planteamiento y resolución de dudas. A la primera y última sesión, se les añadirá 15 minutos extras para cumplimentar el test de

conocimientos (ANEXO 3). Las tres primeras sesiones estarán impartidas por dos enfermeras y en la cuarta y última sesión se contará además con un psicólogo.

SESIÓN 1. Signos vitales y reanimación cardiopulmonar (ANEXO 5).

Al comienzo de esta sesión, al ser la primera del curso, nos presentaremos y explicaremos brevemente los contenidos y objetivos del curso. Tras ello, se repartirá el cuestionario sobre conocimientos iniciales (ANEXO 3), para el que se dejará a los alumnos 15 minutos. El test será anónimo y se les pondrá un número para que una vez finalizado el programa podamos comparar la evolución.

Se proyectará una presentación de Power Point en la que se expliquen nociones teóricas sobre: conocimiento e identificación del nivel de consciencia, pulso y respiración. Identificación de necesidad de RCP y adquisición de las habilidades para una correcta realización.

Tras ello, se realizarán 5 grupos de 4 personas. En primer lugar, practicarán la toma de pulso y la identificación de respiraciones y después, con los muñecos de RCP disponibles, practicarán dicha maniobra.

SESIÓN 2. Actuación ante situaciones en las que haya quemaduras, heridas o atragantamientos (ANEXO 6).

Los contenidos teóricos a tratar en esta sesión serán: explicación de los grados de quemaduras y las diferentes actuaciones ante ellos. Nociones de cura básica ante distintos tipos de heridas y maniobra de Heimlich.

Una vez que los participantes estén sentados, se proyectará una presentación de PowerPoint con los contenidos teóricos, promoviendo la participación de los agentes a través de pequeñas preguntas sobre lo que se está explicando. Tras ello, se formarán parejas para que practiquen entre ellos las diferentes técnicas explicadas.

SESIÓN 3. Movilización de pacientes (ANEXO 7).

Una vez hayan llegado los participantes, se proyectará la presentación de esta sesión y se realizará una demostración por parte de las enfermeras sobre cómo actuar adecuadamente ante víctimas con posibles lesiones que requieran de una movilización concreta, además de explicar la posición lateral de seguridad.

Las movilizaciones en las que se realizará mayor hincapié será en aquellas en las que las víctimas hayan podido sufrir lesiones o medulares o en casos en los que la víctima lleve casco.

Tras la demostración, se formarán grupos de 4 participantes en los que se practicarán las movilizaciones anteriormente explicadas.

SESIÓN 4. Primeros auxilios psicológicos (ANEXO 8)

Se recibirá a los participantes y se presentará al psicólogo que actuará como principal responsable de esta sesión.

El psicólogo explicará los principales trastornos y sentimientos que puede presentar una víctima tras un acontecimiento traumático, así como las mejores técnicas de ayuda para mejorar su afrontamiento.

Explicará además la importancia de tener en cuenta el ámbito psicológico antes estas situaciones.

Las enfermeras colaborarán con el profesional exponiendo varios casos clínicos a modo de ejemplo.

La parte práctica de la sesión consistirá en la simulación de diferentes situaciones con dificultades de afrontamiento realizada por los dos enfermeros y el psicólogo y los agentes deberán intentar ayudarles y exponer como actuarían en esos casos.

Al finalizar la sesión, se pasará de nuevo el test sobre conocimientos (ANEXO 3) y también un cuestionario para valorar la calidad del programa (ANEXO 4).

Para dar por finalizado el programa, se agradecerá a los participantes su asistencia y participación y se facilitará el correo electrónico de los profesionales por si les surgiese alguna duda o quisiesen algún material extra.

5.5 RECURSOS NECESARIOS

Las sesiones del programa serán impartidas por dos enfermeras responsables y se contará para la sesión 4 con la colaboración de un psicólogo especializado en atención a víctimas de catástrofes y emergencias.

El aula será cedida por la comandancia de la Guardia Civil de Zaragoza y estará dotada de sillas y mesas para los asistentes, un ordenador con equipo de audio y un proyector para la exposición de las presentaciones Power Point.

Los recursos materiales necesarios serán carteles y trípticos para la difusión del programa, test de conocimientos y cuestionarios de valoración del programa, folios y bolígrafos. Además, serán necesarias las presentaciones con el contenido de cada sesión, que serán realizadas por las enfermeras responsables y que se facilitarán impresas a los asistentes.

Serán necesarios para la parte práctica de las sesiones dos muñecos de RCP (uno adulto y uno infantil) que se alquilarán a Cruz Roja Zaragoza. También será necesario material básico de curas que será cedido por el Hospital Universitario Miguel Servet.

En el ANEXO 9, se detallan los materiales y presupuesto final del programa.

5.6 EJECUCIÓN

La ejecución del programa se llevará a cabo en un periodo de 2 semanas, dividiéndolo en 4 sesiones repartidas en dos por semana, con una duración de 1 hora y 45 minutos la primera y última sesión y 1 hora y media las sesiones dos y tres. La duración de las sesiones será variable, dependiendo de las dudas surgidas.

Las 4 sesiones tendrán un contenido adaptado a las necesidades específicas que puedan tener los agentes en el ámbito de los primeros auxilios, y se

complementarán los contenidos teóricos que se expliquen con actividades prácticas que permitan una mayor comprensión de ellos.

5.7 EVALUACIÓN

Se va a llevar a cabo una doble evaluación. Por un lado, se evaluarán los conocimientos de los asistentes con un test de conocimientos (ANEXO 3) que se repartirá en la primera y última sesión, de modo que permita evaluar la eficacia del programa.

Por otro lado, se llevará a cabo una evaluación del propio programa mediante un cuestionario de calidad y satisfacción (ANEXO 4) que se repartirá para ser cumplimentado tras la finalización de la última sesión.

Tanto el test de conocimientos como el cuestionario de calidad y satisfacción serán anónimos. Para poder comparar el test inicial con el final, se pedirá a los asistentes que pongan un número.

Para posibles sugerencias de los participantes, se facilitará el correo de las dos enfermeras responsables, de modo que, si los asistentes desean hacer alguna observación transcurrido más tiempo y una vez puestos en uso los nuevos conocimientos, puedan hacerlo.

6. CONCLUSIONES

1. En nuestra sociedad, el tiempo de respuesta de los agentes de las fuerzas y cuerpos de seguridad del estado es mucho menor que el de profesionales sanitarios, por lo que al ser los primeros intervinientes su formación en primeros auxilios resulta esencial.
2. A pesar del importante papel de los agentes frente a situaciones que requieran la puesta en marcha de primeros auxilios, en general su formación en este ámbito es superficial y poco frecuente.
3. Enfermería puede tener un papel muy importante en el desarrollo de este tipo de programas, ya que la docencia y prevención se encuentran entre sus funciones y pueden tener un gran beneficio desde el punto de vista de la salud pública.

7. BIBLIOGRAFÍA

1. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. Primeros auxilios: soporte vital básico en el adulto. 2015.
2. Flabouris A, Bridgewater F. An analysis of demand first aid care at a major public event. *Pre hospital and Disaster Medicine*. 1996; 11(1):48-54.
3. Santamaría VC, Rodríguez Martínez MJ. Educación sanitaria grupal sobre primeros auxilios. *Nuberos Científica*. 2013; 2(9).
4. Waalewijn RA, Tijssen JG, Koster RW. Bystander initiated actions in out-of-hospital cardiopulmonary resuscitation: results from the Amsterdam Resuscitation Study (ARRESUST). *Resuscitation*. 2001; 50:273-279.
5. Gräsner JT, Lefering R, Koster R, Masterson S, Böttiger B, Herlitz J, Baubin M et al. EuReCa ONE-27 Nations, ONE Europe, ONE Registry: A prospective one month analysis of out-of-hospital cardiac arrest outcomes in 27 countries in Europe. *Resuscitation*. 2016; 105:188-195.
6. Sastre Carrera MJ, García García LM, Bordel Nieto F, López-Herce Cid J, Carrillo Álvarez A, Benítez Robredo MT. Enseñanza de la reanimación cardiopulmonar básica en población general. *Atención Primaria*. 2004; 34(8):408-413.
7. Bentoldrá Boladeres I, Delás J. Reanimación cardiopulmonar extrahospitalaria. *Emergencias*. 2020; 32:146-148.
8. Angulo-Menéndez P, Lana A, Moris De la Tassa J. Conocimientos y disposición para realizar soporte vital básico por agentes de la policía local. In *Anales del sistema sanitario de Navarra*. 2017; 40(2):177-185.
9. Husain S, Eisenberg M. Police AED programs: a systematic review and meta-analysis. *Resuscitation*. 2013; 84:1184-1191.
10. Waalewijn RA, de Vos R, Koster RW. Out-of-hospital cardiac arrests in Amsterdam and its surrounding areas: results from the Amsterdam resuscitation study (ARREST) in 'Utstein' style. *Resuscitation*. 1998; 38:157-167.

11. Ndile M, Lukumay G, Bolenius K, Outwater A, et al. Impact of a postcrash first aid educational program on knowledge, perceived skills confidence, and skills utilization among traffic police officers: a single-arm before-after intervention study. BMC emergency medicine. 2020; 20(1): 1-9.
12. Erie. Equipo de respuesta inmediata en emergencias. Primeros Auxilios Psicológicos. Intervención Psicosocial. Cruz Roja Española.
13. Pineda Marín C, López-López W. Atención psicológica postdesastres: Más que un "guarde la calma". Una revisión de los modelos de las estrategias de intervención. Terapia psicológica. 2010; 28(2): 155-160.
14. Jorm AF, Ross AM. Guidelines for the public on how to provide mental health first aid: narrative review. BJPsych open. 2018; 4(6):427-440.
15. Esteves Paranhos M, Guevara Werlang BS. Psicologia nas emergências: uma nova prática a ser discutida. Psicologia: Ciência e Profissão. 2015; 35(2):557-571.
16. Valencia Puentes A, Trejos García J. Los primeros auxilios psicológicos en el servicio de atención al ciudadano desde un enfoque humanista. Revista Logos, Ciencia & Tecnología. 2013; 4(2):42-52.
17. Islas Salinas P, Pérez Piñón A, Hernández Orozco G. Rol de enfermería en educación para la salud de los menonitas desde el interaccionismo simbólico. Enferm Universitaria . 2015: 12(1):28-35.
18. Flores Bienert MD, Armero Barranco D, García Herrero M. La enseñanza de la educación para la salud vista por profesionales enfermeros de atención primaria de salud. Pedagogía social: revista interuniversitaria. 2000; 6:263-277.
19. Soto P, Masalan P, Barrios S. La educación en salud, un elemento central del cuidado de enfermería. Rev.Med.Clin.Condes. 2018; 29(3):288-300.
20. Gutierrez Serrano FJ. Papel de la Enfermería en la Educación para la Salud. Complejo QPS. RESP 2012; 6(3).

21. Fernandez Candela F, Rebolledo Malpica DM, Velandia Mora AL. Salud escolar, ¿por qué el profesional de enfermería en las escuelas españolas?. Reprosa. 2006; 11:21-28.
22. Marqués F, Sáez S, Guayta R. Métodos y medios en promoción y educación para la salud. Vol 22. 1ª Edición. Barcelona: Editorial UOC; 2004.
23. NNNConsult (Internet). Barcelona: Elsevier (actualizado 2014; citado 18 marzo 2020). Disponible en: <http://www.nnnconsult.com/>

ANEXO 1.
Folleto
informativo.
Elaboración
propia.

IMPORTANCIA DE LOS PRIMEROS AUXILIOS

Los primeros auxilios son la primera atención brindada a víctimas de accidentes o enfermos repentinos, en el lugar en el que ocurre el suceso.

El principal objetivo es garantizar la vida y evitar secuelas a largo plazo.

Es importante brindar una primera atención completa, tanto física como psicológica.

Los agentes son en muchas ocasiones los primeros intervinientes, por lo que su formación en este ámbito es esencial.

***FÓRMATE,
PROTÉGENOS***



PROGRAMA PRIMEROS AUXILIOS

DIRIGIDO A
AGENTES DE LAS
FUERZAS Y CUERPOS
DE SEGURIDAD DEL
ESTADO





DESARROLLO DEL PROGRAMA

4 SESIONES

- CONSTANTES Y RCP
- MOVILIZACIONES
- CORTES, QUEMADURAS Y ATRAGANTAMIENTOS
- AYUDA PSICOLÓGICA

CONTENIDO TEÓRICO Y PRÁCTICO

2 SESIONES A LA SEMANA

CONTENIDOS SESIONES

SESIÓN 1. SIGNOS VITALES Y RCP

Reconocimiento del nivel de consciencia, pulso y respiración. Identificación de necesidad de RCP y realización de maniobras.

SESIÓN 2. QUEMADURAS, HERIDAS Y ATRAGANTAMIENTO

Capacidad para diferenciar el grado de quemaduras y cómo actuar ante cada uno de ellas.

Nociones básicas frente a heridas. Realización de maniobra de Heimlich.

SESIÓN 3. MOVILIZACIONES

Movilización de víctimas con diversas lesiones. Posición lateral de seguridad.



SESIÓN 4. PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS

Se contará con la colaboración de un psicólogo para la identificación de conductas y sentimientos que pueden aparecer antes una situación traumática y técnicas para ayudarles a afrontarlas.

EVALUACIÓN DE APRENDIZAJE

Se realizará un cuestionario inicial y otro final para comparar los conocimientos iniciales y los que se han adquirido a lo largo del curso.

Se evaluará además el curso mediante un cuestionario de calidad.

ANEXO 2. Cartel publicitario. Elaboración propia.

FÓRMATE PROTÉGENOS

PROGRAMA DE SALUD SOBRE PRIMEROS AUXILIOS



4 SESIONES

- ***CONSTANTES 4 RCP***
- ***MOVILIZACIONES***
- ***CORTES, QUEMADURAS 4
ATRAQUANTAMIENTOS***
- ***AYUDA PSICOLÓGICA***

***CONTENIDOS TEÓRICOS 4
PRÁCTICOS***

***DIRIGIDO A AGENTES DE LAS FUERZAS 4 CUERPOS DE
SEGURIDAD DEL ESTADO***



ANEXO 3. Test de conocimientos.

TEST DE CONOCIMIENTOS SOBRE PRIMEROS AUXILIOS

Fecha:

Número identificación:

1. La posición lateral de seguridad se utiliza...
 - A. ...a la hora de acostar a una persona con discapacidad física.
 - B. ...con las personas inconscientes que respiran y tienen pulso.
 - C. ...para dormir a los bebés y evitar la muerte súbita.

2. ¿Qué se debe hacer para parar una hemorragia nasal espontánea?
 - A. Inclinar la cabeza hacia atrás y taponar las fosas nasales con algodón.
 - B. Inclinar la cabeza hacia adelante para que fluya la sangre y después presionar las fosas nasales.

3. Durante una reanimación cardiopulmonar (RCP) ¿qué relación se debe seguir entre el masaje cardíaco y la insuflación de aire?
 - A. 30/2, 30 compresiones cardíacas y 2 insuflaciones
 - B. 2/30, 2 compresiones cardíacas y 30 insuflaciones
 - C. 15/15, 15 compresiones cardíacas y 15 insuflaciones

4. ¿Qué se entiende por primero auxilios?
 - A. Son gestos o medidas que se adoptan ante una emergencia y en la cual actuamos con material sanitario o realizando técnicas de R.C.P.
 - B. Son gestos o medidas que se adoptan ante una persona herida
 - C. Todas son correctas

5. ¿Qué es la RCP básica?
 - A. Son aquellas técnicas de reanimación cardiopulmonar que debemos realizar en cualquier sitio y sin ningún tipo de instrumento
 - B. Son técnicas de masajes lumbares para evitar el dolor

C. Es una técnica de reanimación mediante impulsos eléctricos

6. Según la clasificación que quemaduras son las más peligrosas:

- A. De primer grado
- B. De segunda grado
- C. De tercer grado

7. La actitud correcta ante una hemorragia es:

- A. Aplicar un torniquete y vigilarlo periódicamente
- B. Presionar con una gasa limpia y elevar el miembro
- C. Limpiar la herida y llevar al herido al hospital

8. Ante una situación de atragantamiento, en caso de obstrucción de vía aérea leve, se debe:

- A. Animar a la víctima a seguir tosiendo.
- B. Dar hasta 5 golpes en la espalda.
- C. Realizar la maniobra de Heimlich.
- D. Tumbear a la víctima en el suelo e iniciar RCP

9. Ante cualquier sospecha de lesión traumática de la columna vertebral, la actuación que se debe seguir es:

- A. Sentar al accidentado
- B. Hacerle realizar movimientos de flexión de la columna vertebral
- C. Mantenerle tumbado boca arriba sobre un plano duro y con la cabeza ladeada

10. Un sistema empleado de respiración artificial para niños de pecho o de corta edad es:

- A. Respiración boca a nariz
- B. Respiración nariz a boca
- C. Respiración boca a boca-nariz
- D. Respiración boca a boca

ANEXO 4. Cuestionario de satisfacción y calidad del programa.

CUESTIONARIO DE SATISFACCIÓN

Fecha:

Para conocer la opinión de nuestros asistentes y poder realizar mejoras en posteriores programas, les rogamos respondan a este cuestionario con la mayor precisión posible.

- Indique su satisfacción en los siguientes campos, siendo 1 nada satisfecho y 5 totalmente satisfecho.

DISTRIBUCIÓN DE LOS CONTENIDOS EN LAS SESIONES.... 1 2 3 4 5
HORARIOS DE LAS SESIONES..... 1 2 3 4 5
MATERIAL COMPLEMENTARIO EN LAS SESIONES..... 1 2 3 4 5
RESOLUCIÓN DE DUDAS..... 1 2 3 4 5
COMODIDAD EN EL AULA..... 1 2 3 4 5
IMPORTANCIA DE LOS TEMAS TRATADOS..... 1 2 3 4 5
METODOLOGÍA EMPLEADA..... 1 2 3 4 5
DISPOSICIÓN DE LOS PROFESIONALES ANTE DUDAS..... 1 2 3 4 5

- Responda brevemente a las siguientes propuestas.

LO QUE MÁS ME HA GUSTADO.....

LO QUE MENOS ME HA GUSTADO.....

ME GUSTARÍA QUE AMPLIASEN MÁS EN.....

OTRAS SUGERENCIAS.....

ANEXO 5. Tabla descriptiva sesión 1.

CONTENIDO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	METODOLOGÍA	MATERIAL	TIEMPO
Presentación de las enfermeras responsables y explicación breve del programa.	<ul style="list-style-type: none"> - Los asistentes conocerán la metodología y contenido del programa. - Crear un clima de confianza. 	Las enfermeras se presentarán al grupo y explicaran brevemente las sesiones del programa y los objetivos principales.	Folleto informativo.	10 minutos
Realización del test de conocimientos previos.	<ul style="list-style-type: none"> - Establecer los conocimientos de los asistentes sobre primeros auxilios previos al curso. 	Se repartirá un test sobre primeros auxilios que será evaluado también al finalizar el programa.	Test de conocimientos. Bolígrafos.	15 minutos
Explicación teórica sobre signos vitales y RCP.	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer los principales signos vitales. - Identificar situaciones que requieran RCP Y técnica para realizarla. 	Se repartirá a los participantes el contenido teórico impreso para que puedan seguir mejor la explicación y se proyectará una presentación PowerPoint con los contenidos.	Ordenador y proyector. Material impreso. Presentación PowerPoint.	20 minutos
Identificación de signos vitales y práctica RCP.	<ul style="list-style-type: none"> - Ser capaces de detectar los signos vitales. - Ser capaz de realizar correctamente RCP. 	Se dividirá a los participantes en grupos para poner en práctica los contenidos teóricos.	Muñecos RCP.	45 minutos
Resolución de dudas.	<ul style="list-style-type: none"> - Aclarar posibles dudas surgidas durante la sesión. 	Se pedirá a los participantes que formulen sus dudas y se resolverán en orden.		15 minutos

FECHA SESIÓN: 1 SEPTIEMBRE 2020 DURACIÓN: 1 HORA Y 45 MINUTOS IMPARTIDA POR: 2 ENFERMERAS LUGAR: AULA COMANDANCIA GC ZARAGOZA

ANEXO 6. Tabla descriptiva sesión 2.

CONTENIDO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	METODOLOGÍA	MATERIAL	TIEMPO
Breve explicación sobre el contenido de la sesión.	<ul style="list-style-type: none"> - Los asistentes conocerán el contenido propuesto para la segunda sesión. 	Una de las enfermeras responsables hará un pequeño resumen sobre el contenido de la sesión.	Presentación PowerPoint.	5 minutos
Explicación teórica sobre quemaduras, heridas y atragantamientos.	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer los principales tipos de quemaduras. - Reconocer diferentes heridas y las técnicas de cura básicas. - Identificar cuando una persona puede estar sufriendo un atragantamiento y técnica de Heimlich. 	Se repartirá a los participantes el contenido teórico impreso para que puedan seguir mejor la explicación y se proyectará una presentación PowerPoint con los contenidos.	Ordenador y proyector. Material impreso. Presentación PowerPoint.	25 minutos
Realización de curas básicas y práctica de maniobra de Heimlich.	<ul style="list-style-type: none"> - Realizar curas básicas. - Ser capaz de realizar correctamente la técnica de Heimlich. 	Se dividirá a los participantes en grupos para poner en práctica los contenidos teóricos.	Material de curas.	45 minutos
Resolución de dudas.	<ul style="list-style-type: none"> - Aclarar posibles dudas surgidas durante la sesión. 	Se pedirá a los participantes que formulen sus dudas y se resolverán en orden.		15 minutos

FECHA SESIÓN: 3 SEPTIEMBRE 2020

DURACIÓN: 1 HORA Y 45 MINUTOS

IMPARTIDA POR: 2 ENFERMERAS

LUGAR: AULA COMANDANCIA GC ZARAGOZA

ANEXO 7. Tabla descriptiva sesión 3.

CONTENIDO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	METODOLOGÍA	MATERIAL	TIEMPO
Breve explicación sobre el contenido de la sesión.	<ul style="list-style-type: none"> - Los asistentes conocerán el contenido propuesto para la tercera sesión. 	Una de las enfermeras responsables hará un pequeño resumen sobre el contenido de la sesión.	Presentación PowerPoint.	5 minutos
Explicación teórica sobre movilización de pacientes y posición lateral de seguridad.	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer las lesiones que precisan de un tipo de movilización especial. - Conocer la posición lateral de seguridad y cuando debe hacerse. 	Se repartirá a los participantes el contenido teórico impreso para que puedan seguir mejor la explicación y se proyectará una presentación PowerPoint con los contenidos.	Ordenador y proyector. Material impreso. Presentación PowerPoint.	25 minutos
Identificación de situaciones que requieran una movilización especial y de pacientes que pueden y deben ser colocados en posición lateral de seguridad.	<ul style="list-style-type: none"> - Ser capaz de realizar correctamente las diferentes movilizaciones. 	Se dividirá a los participantes en grupos para poner en práctica los contenidos teóricos.		45 minutos
Resolución de dudas.	<ul style="list-style-type: none"> - Aclarar posibles dudas surgidas durante la sesión. 	Se pedirá a los participantes que formulen sus dudas y se resolverán en orden.		15 minutos

FECHA SESIÓN: 8 SEPTIEMBRE 2020

DURACIÓN: 1 HORA Y 45 MINUTOS

IMPARTIDA POR: 2 ENFERMERAS

LUGAR: AULA COMANDANCIA GC ZARAGOZA

ANEXO 8. Tabla descriptiva sesión 4.

CONTENIDO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	METODOLOGÍA	MATERIAL	TIEMPO
Presentación del psicólogo colaborador en esta sesión. Breve explicación sobre el contenido de la sesión.	<ul style="list-style-type: none"> - Los asistentes conocerán el contenido propuesto para la segunda sesión. - Crear un clima de confianza. 	Una de las enfermeras responsables, junto con el psicólogo, hará un pequeño resumen sobre el contenido de la sesión.	Presentación PowerPoint.	5 minutos
Explicación teórica sobre primeros auxilios psicológicos.	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer qué son los primeros auxilios psicológicos. 	El psicólogo repartirá un pequeño dossier teórico para que los asistentes sigan mejor la explicación.	Ordenador y proyector. Material impreso. Presentación PowerPoint.	25 minutos
Identificación de situaciones en los que deban aplicarse primeros auxilios psicológicos y diferentes técnicas.	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar situaciones que requieran primeros auxilios psicológicos. - Ser capaces de aplicar diferentes técnicas de afrontamiento. 	Se dividirá a los participantes en grupos para poner en práctica los contenidos teóricos.	Presentación PowerPoint.	45 minutos
Resolución de dudas.	<ul style="list-style-type: none"> - Aclarar posibles dudas surgidas durante la sesión. 	Se pedirá a los participantes que formulen sus dudas y se resolverán en orden.		15 minutos
Realización de test de conocimientos y cuestionario de satisfacción.	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer los conocimientos de los asistentes en primeros auxilios tras la realización del programa. - Evaluar la calidad del programa. 	Se repartirán ambos cuestionarios para que los participantes puedan realizarlos.	Test de conocimientos sobre primeros auxilios. Cuestionario de calidad y satisfacción. Bolígrafos.	15 minutos.

FECHA SESIÓN: 10 SEPTIEMBRE2020 DURACIÓN: 1 HORA Y 45 MINUTOS IMPARTIDA POR: 2 ENFERMERAS LUGAR: AULA COMANDANCIA GC ZARAGOZA


ANEXO 9. Recursos y presupuesto del programa.

RECURSOS	CANTIDAD	COSTE	TOTAL
Enfermera responsable	2	30 euros x enf. Y sesión	240 euros
Psicólogo colaborador	1	25 euros x sesión	25 euros
Carteles publicitarios	6	0,50 euros	3 euros
Folletos informativos	30	0,20 euros	6 euros
Material teórico impreso	20	0,40 euros	8 euros
Test de conocimientos	40	0,04 euros	1,60 euros
Test satisfacción y calidad del programa	20	0,02 euros	0,40 euros
Alquiler muñeco RCP adulto	1	30 euros	30 euros
Alquiler muñeco RCP niño	1	10 euros	10 euros
TOTAL			324,00 euros

El resto de materiales serán prestados o cedidos, por tanto, no se especifican en la anterior tabla, ya que no afectan al presupuesto final del programa.

ANEXO 10. Opiniones de las diferentes asociaciones consultadas.

Información primeros auxilios Recibidos x

 **Mónica Moreno** <monicalatorao33@gmail.com>
para augc@augc.org ▾

lun., 6 abr. 13:36



Buenos días, soy Mónica Moreno Los Arcos, estudiante de último curso de enfermería de la universidad de Zaragoza.
Estoy desarrollando como trabajo de fin de grado un programa sobre primeros auxilios dirigido a fuerzas y cuerpos de seguridad del estado.

Me gustaría saber si creen que un programa de formación sobre primeros auxilios puede ser de interés para los agentes del cuerpo. El objetivo del programa es ampliar y actualizar los conocimientos sobre primeros auxilios básicos (reanimación cardiopulmonar, movilización, primera atención psicológica y actuación frente a las principales lesiones), al considerar que en el desempeño de sus funciones, los agentes pueden enfrentarse a situaciones en las que sean los primeros intervinientes.

Así mismo, me gustaría saber, qué tipo de formación reciben los guardias civiles en el ámbito de los primeros auxilios, y si esta formación es periódica o únicamente se recibe en la academia de Baeza.

Aprovecho este correo, para agradecer y valorar la importante labor que están desempeñando desde el cuerpo de la Guardia Civil en esta situación tan complicada.

Un saludo y muchas gracias.

 **AUGC**
para mí ▾

lun., 6 abr. 15:12



Estimada Mónica

El tema que planteas nos resulta del máximo interés. Vamos a elaborar un pequeño estudio para verificar la situación actual -que te adelanto que está cercano al abandono total y más absoluto- y te lo remitiremos gustosos en breve.

Y gracias a ti, por visibilizar estas cuestiones.

Saludos

 **AUGC**
para mí ▾

10 abr. 2020 19:22 (hace 10 días)



Estimada Mónica

Una vez recibida las respuestas a la consulta que enviamos a nuestras delegaciones provinciales sobre tu pregunta, podemos afirmar tristemente que la formación de los/las guardias civiles en **Primeros Auxilios** es del todo deficiente. La administración pública se limita a programar charlas que no superan una jornada lectiva a quienes se encuentran en formación en las Academias, y en general, no existe ningún interés posterior por continuar, renovar o reforzar aquellos conocimientos superficiales.

Tan sólo la labor de las Asociaciones Profesionales, siendo AUGC la más destacada con diferencia, ha propiciado que puedan adquirirse conocimientos teóricos y prácticos, con la organización de diversos cursillos en colaboración con entidades y profesionales acreditados para ello, en Primeros Auxilios y en algunos casos, RCP y manejo de DESA. Estos cursos, organizados de manera puntual se han llevado a cabo en varias provincias siendo el número de asistentes muy limitado. Hemos tenido conocimiento de que en algunas Comandancias de la Guardia Civil (Murcia y Zamora entre ellas) se han desarrollado cursos básicos de manera oficial, incluyendo reciclajes bianuales, pero desconociéndose el porcentaje de agentes que han podido beneficiarse de ello.

En definitiva, hay una ausencia manifiesta de planes específicos de formación de esta temática a nivel estatal, dependiendo de la mayor o menor voluntad de las autoridades territoriales y del esfuerzo de las asociaciones profesionales el ofrecer a los agentes una ampliación limitada de conocimientos al respecto. Por supuesto, desde AUGC podemos asegurar que la prevención de la salud, la formación de nuestros compañeros, y las ventajas de contar con un número mayor de agentes con conocimientos necesarios para actuar antes de la llegada de personal sanitario allá donde ocurra un accidente, es uno de nuestros principales objetivos, por lo que en función de los recursos disponibles, seguiremos organizando cursos de formación como parte de nuestros servicios a los asociados, mientras que a nivel institucional, se seguirá presionando a la administración para que la formación en esta materia se integre en los planes de formación durante **toda la vida laboral** de los y las guardias civiles.

Esperando haber sido de utilidad, te deseamos toda la suerte del mundo en tu proyecto, agradeciéndote tu interés por la situación de nuestro colectivo.

Recibe un cordial saludo

ANEXO 11. Cronograma (Diagrama de Gantt).

	FEBRERO				MARZO				ABRIL				MAYO				SEPTIEMBRE			
Búsqueda bibliográfica																				
Diseño del programa																				
Planificación de las sesiones																				
Difusión y captación																				
Ejecución de las sesiones																				
Evaluación del programa																				