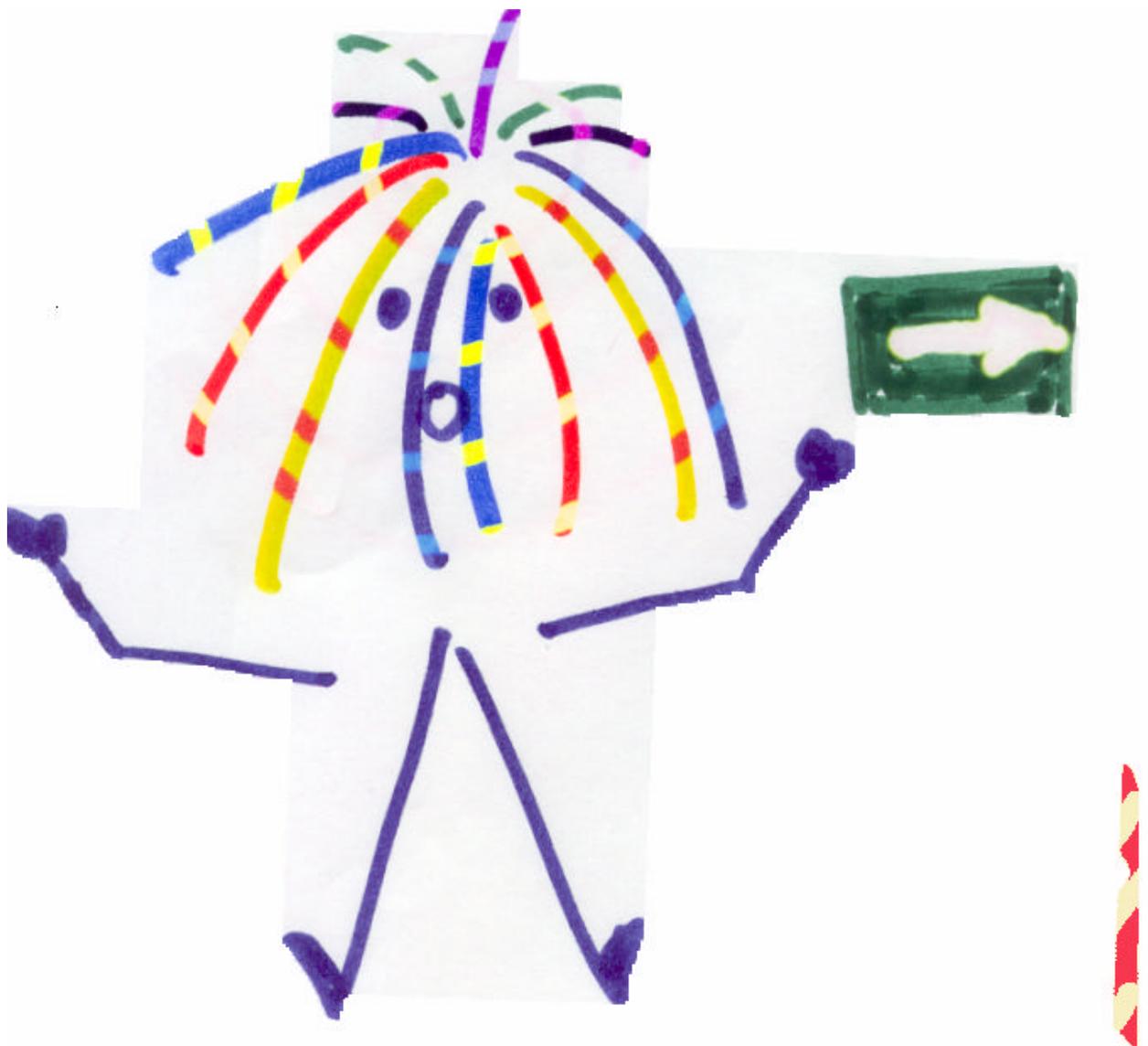


Guía didáctica para la Autoprotección escolar



Comunidad Autónoma R. M.
Consejería de presidencia

Dirección general Protección civil.

Elaborado por:
M^a Dolores García Ruiz.
Coordinador:
Fco. Díaz Ruiz
Diseño gráfico:
M^a Dolores García Ruiz.

- 1. EXPOSICIÓN DE MOTIVOS.**
- 2. CRITERIOS DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA.**
- 3. GUÍA DIDÁCTICA EDUCACIÓN INFANTIL.**
- 4. GUÍA DIDÁCTICA EDUCACIÓN PRIMARIA.**
- 5. ANEXO I: COMPORTAMIENTO DE LOS NIÑOS EN SITUACIÓN DE EMERGENCIA.**
- 6. ANEXO II: PREVENCIÓN DE ACCIDENTES.**

1. EXPOSICIÓN DE MOTIVOS

La guía didáctica que se presenta es con el fin de facilitar la tarea al profesor para la implantación del plan de autoprotección escolar, en la cual se definen los objetivos que la Dirección General Protección Civil pretende conseguir a través de la implantación de dicho plan, y con el fin de facilitar la tarea al profesor se proponen una serie de actividades las cuales pueden ser utilizadas o no, según el criterio del profesor, como una guía.

Los anexos que se presentan:

Anexo I: Comportamiento de los niños en situaciones de emergencias.

Anexo II: Prevención de accidentes.

A pesar de no ser documentos propios de una guía didáctica hemos considerado conveniente incluirlos con el fin de que no exista pérdida de información entre los profesores y los monitores de la campaña de autoprotección escolar.

2. CRITERIOS PARA LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA.

Los principios de intervención educativa que deben orientar la práctica docente, presentes en el currículo establecido por la Administración, se enmarcan en una concepción constructivista del aprendizaje, desde esta concepción se entiende que:

- El aprendizaje constituye un proceso de construcción personal.
- Aprender no es copiar, tampoco es una mera suma de conocimientos, el aprendizaje supone una reestructuración compleja de los contenidos culturales.
- En el proceso de construcción intervienen: los propios alumnos, los contenidos culturales objeto de aprendizaje, y los agentes mediadores que actúan entre ambos: familia, compañeros, profesores y cualquier profesional implicado en la tarea educativa, que ayuden a los sujetos a construir significados con referencia a un contexto sociocultural determinado.

Así se entenderá la educación como un conjunto de prácticas a través de las cuales los agentes sociales promueven el desarrollo de sus miembros. Este proceso de desarrollo posee una dinámica interna (marco cognitivista-constructivista) y es inseparable del contexto en el que se produce.

Los fundamentos patentes en los principios de intervención educativa reconocen el papel mediador que la acción educadora debe ejercer entre el alumno y el conocimiento culturalmente organizado, tendiendo a la construcción de aprendizajes

necesarios y significativos para desenvolverse en el medio a través de una intervención activa, planificada e intencional.

Los principios de intervención educativa, deberán:

- Partir del desarrollo del alumno: Significa atender tanto al nivel de competencia cognitiva, evolución afectivo-social y psicomotriz como a los conocimientos que ha construido previamente. El papel de estos conocimientos previos es fundamental para conseguir un verdadero aprendizaje significativo, son los indicadores de un pensamiento que se construye, de los medios de comprensión de los que dispone el alumno y pueden determinar la elección de los procesos didácticos. También nos pueden proporcionar valiosas indicaciones en la definición realista de los objetivos a alcanzar porque aportan datos sobre las etapas intermedias que materializan la construcción del saber.

- Asegurar la construcción de aprendizajes significativos, ya que sólo éstos llegan a ser asimilados y, en consecuencia, se integrarán en la estructura cognitiva del que aprende constituyendo adquisiciones sólidas y, por tanto, duraderas que podrán ser referidas a los contenidos de tipo conceptual, actitudinal, y procedimental.

Las condiciones de este aprendizaje significativo serán:

- ✍ Significación desde el punto de vista de la estructura psicológica del alumno, implica un determinado nivel de capacidad, unos conocimientos previos, y una actitud favorable por parte del sujeto.
- ✍ Significación desde el punto de vista de la estructura lógica de la materia, implica que el material que pretendemos transmitir al alumno sea lo suficientemente estructurado y claro. Es decir, que también sea potencialmente significativo.
- ✍ Significación desde la perspectiva de la propia funcionalidad de lo aprendido, es decir, que sea susceptible de aplicar en diferentes situaciones y útil para construir nuevos aprendizajes.

- Contribuir al desarrollo de la capacidad de “aprender a aprender”, uno de los objetivos educativos de primera magnitud radica, precisamente en promover la autonomía en los alumnos, en dotarles de los mecanismos necesarios que les permitan integrarse eficaz y constructivamente en la sociedad en que viven. Para ello, desde las primeras edades la intervención educativa deberá promover las capacidades de trabajo libre, autónomo y creativo, para asegurar que los alumnos lleguen a realizar aprendizajes significativos.

- Identificar los esquemas de conocimiento que el alumno posee y actuar en consecuencia, es decir, a partir del conocimiento de su nivel de competencia cognitiva y de una investigación sobre los conceptos, representaciones y conocimientos que ha construido en el transcurso de experiencias previas, intentar que la nueva información llegue estableciendo un nuevo equilibrio de esquemas de conocimiento.

- Promover una intensa actividad por parte del alumno, éste deberá ser el principal protagonista en su proceso de aprendizaje llevando a cabo una actividad tanto de tipo manipulativa como intelectual y reflexiva. Los niños necesitan actuar sobre su propio cuerpo, el de los otros y los objetos, experimentar diferentes posibilidades de acción y de movimiento en el espacio y en el tiempo. Esta actividad dentro del marco constructivista no queda referida únicamente a la acción manipulativa, sino también a un proceso de reflexión que conlleva actividad intelectual.

Para conseguirla, el educador, intervendrá de forma ajustada realmente a las necesidades del alumno en un clima de interactividad entre ambos e incluso, en ocasiones, entre alumno-alumno. En cualquier caso la mejor ayuda pedagógica será aquella que se plasme en diferentes grados de intervención según requiera la situación.

La consecución de una auténtica actividad cognitiva adaptada al contexto lleva implícito el concurso de los grandes principios de intervención educativa: libertad, individualización, socialización, intuición, globalización, motivación, creatividad.

Todo aprendizaje ha de ser significativo, entendiendo por tal, aquel que llega a establecer vínculos sustantivos entre los nuevos contenidos que hay que aprender y los que ya se encuentran en la estructura cognitiva del sujeto que aprende. Aprender significativamente quiere decir poder atribuir significado al material objeto de aprendizaje; dicha atribución sólo puede efectuarse a partir de lo que ya conoce, mediante la actualización de esquemas de conocimiento pertinentes para la situación de que se trate. Estos esquemas no se limitan a asimilar la nueva información, sino que el aprendizaje significativo supone siempre su revisión, modificación y enriquecimiento estableciendo nuevas conexiones y relaciones entre ellos, con lo que se asegura la funcionalidad y la memorización comprensiva de los contenidos aprendidos significativamente.

Para que este tipo de aprendizaje significativo llegue a producirse, es necesario el concurso de una serie de condiciones:

- Significatividad desde la perspectiva de la estructura psicológica del alumno, implica que en la estructura cognitiva del sujeto que aprende debe existir una base conceptual necesaria que le permita la incorporación del material nuevo, de modo que sea posible una vinculación sustantiva y no arbitraria del nuevo material con los esquemas cognitivos que el sujeto posee. Se requiere que disponga de los conocimientos previos pertinentes que le permitirán abordar el nuevo aprendizaje. Pero también exige una actitud favorable por parte del alumno, el cual deberá estar motivado.

- Significación desde el punto de vista de la estructura lógica de la disciplina. Esto requiere que los datos y los conceptos que componen el material de aprendizaje muestren una estructura lógica en sus relaciones. Esta condición no se limita únicamente a la estructura misma del contenido, sino que abarca también la presentación que de él se efectúa, aspecto que puede contribuir decisivamente a la posibilidad de atribuirle algún significado en la medida en que ayude a poner de relieve su coherencia, estructura y significatividad lógica.

- Significación desde el plano de la propia funcionalidad de lo aprendido. Los conocimientos objeto de aprendizaje deberán ser susceptibles de aplicación en las mismas o en nuevas situaciones. Serán funcionales tanto para permitir la integración en el medio sociocultural, como para favorecer el aprendizaje de otros contenidos culturales.

Nuestra metodología estará basada en la observación y en la experimentación, con respecto a la observación, comenzaremos con una observación general pidiendo al alumno que se exprese acerca de lo observado, sin llamar la atención sobre nada en particular, para saber qué aspectos le interesan más y cuáles pasan desapercibidos. Luego le ayudaremos a analizar lo que observa, a sistematizar la observación mediante preguntas que le obliguen a centrar su atención en las distintas partes que componen el todo a observar. Por último, buscaremos la generalización haciéndole preguntas en las que tenga que buscar semejanzas y diferencias entre los diversos aspectos de lo que observa, es decir, le ayudaremos a establecer comparaciones que le lleven a una posible generalización. En la experimentación trataremos que establezcan las relaciones causa-efecto, por ello habrá que establecer relaciones causales muy sencillas, procurando que sean ellos mismos los que las establezcan.

Piaget, hace gran hincapié en el valor de la actividad del propio sujeto como punto de partida de todo aprendizaje. Es mediante la experimentación como se construye y reconstruyen los esquemas que utiliza para comprender e intervenir sobre la realidad. Esta concepción sostiene que es en el entorno concreto de donde surgen los conflictos que en función del interés que presenta para los individuos servirán de incentivo para seguir aprendiendo.

Este programa se integrará dentro del proyecto curricular de cada etapa y dentro de ella en las distintas áreas, para así hacer efectiva una enseñanza globalizada.

Los objetivos generales de etapa en educación infantil son:

- ✍ Descubrir, conocer y controlar progresivamente el propio cuerpo, formándose una imagen positiva de sí mismos, valorando su identidad sexual, sus capacidades y limitaciones de acción y expresión, y adquiriendo hábitos básicos de salud y bienestar.
- ✍ Actuar de forma cada vez más autónoma en sus actividades habituales, adquiriendo progresivamente seguridad afectiva y emocional y desarrollando sus capacidades de iniciativa y confianza en sí mismos.
- ✍ Observar y explorar el entorno inmediato con una actitud de curiosidad y cuidado. Identificando las características y propiedades más significativas de los elementos que lo conforman y alguna de las relaciones que se establecen entre ellos.

Los objetivos y contenidos por áreas son los siguientes:

AREA DE IDENTIDAD Y AUTONOMIA PERSONAL.

Los objetivos generales son:

- ✍ Tener una imagen ajustada y positiva de sí mismo, identificando características y cualidades personales.
- ✍ Identificar progresivamente sus posibilidades y limitaciones, valorarlas adecuadamente, y actuar de acuerdo con ellas.
- ✍ Descubrir y utilizar las propias posibilidades motrices, sensitivas y expresivas, adecuadas a las diversas actividades que emprende en su vida cotidiana.
- ✍ Adquirir la coordinación y el control dinámico general del propio cuerpo para la ejecución de tareas de la vida cotidiana y de actividades de juego, así como la expresión de sentimientos y emociones.
- ✍ Aplicar la coordinación visomanual necesaria para manejar y explorar objetos con un grado de precisión cada vez mayor en la realización de actividades de la vida cotidiana y de tareas relacionadas con las distintas formas de representación gráfica.
- ✍ Progresar en la adquisición de hábitos y actitudes relacionadas con el bienestar y la seguridad personal, la higiene y el fortalecimiento de la salud.

AREA DEL MEDIO FISICO Y SOCIAL.

Los objetivos generales son:

- ✍ Observar y explorar su entorno físico-social planificado y ordenando su acción en función de la información recibida o percibida, constatando sus efectos y estableciendo relaciones entre la propia actuación y las consecuencias que de ella se derivan.
- ✍ Mostrar interés y curiosidad hacia la comprensión del medio físico y social, formulando preguntas, interpretaciones y opiniones propias sobre algunos acontecimientos relevantes que en él se producen, desarrollando su espontaneidad y originalidad.

AREA DE COMUNICACIÓN Y REPRESENTACION.

Los objetivos generales son:

- ✍ Expresar sentimientos, deseos e ideas mediante el lenguaje oral, ajustándose progresivamente a los diferentes contextos y situaciones de comunicación habituales y cotidianos y los diferentes interlocutores.
- ✍ Comprender las intenciones y mensajes que le comunican otros niños y adultos, valorando el lenguaje oral como un medio de relación con los demás.
- ✍ Utilizar las diversas formas de representación y expresión para evocar situaciones, acciones, deseos y sentimientos, sean de tipo real o imaginario.
- ✍ Utilizar técnicas y recursos básicos de las distintas formas de representación y expresión, para aumentar sus posibilidades comunicativas.
- ✍ Utilizar a nivel ajustado las posibilidades de la forma de representación matemática para describir algunos objetos y situaciones del entorno, sus características y propiedades, algunas acciones que pueden realizarse sobre ellos , prestando atención al proceso y los resultados obtenidos.

GUÍA DIDÁCTICA: PLAN DE EMERGENCIAS

OBJETIVOS EDUCACION INFANTIL

- ✍ Tener una imagen ajustada y positiva de él mismo identificando sus características y cualidades personales.
- ✍ Adquirir la coordinación y control del propio cuerpo para la ejecución de las tareas a realizar en un plan de emergencias.
- ✍ Progresar en la adquisición de hábitos y actitudes relacionadas con el bienestar y seguridad personal.
- ✍ Observar y explorar el entorno físico que le rodea identificando factores de riesgo.
- ✍ Comprender e identificar los mensajes que le comunican los adultos en una situación de emergencia.
- ✍ Conocer y practicar normas elementales en un plan de emergencia.

Para la consecución de éstos objetivos se proponen unas fichas, en las cuales los alumnos desarrollarán unas actividades:

Objetivo: Tener una imagen ajustada y positiva de él mismo, identificando sus características y cualidades personales.

Ficha : composición de la niña.

Para la consecución del objetivo, el alumno debe tener desarrollado el esquema corporal, por ello proponemos como actividad que recorte y componga la figura humana, el niño/a debe sentirse capaz de poder desarrollar conductas de autoprotección.

Una vez pegada, se le puede pedir que la coloree.

Objetivo: Adquirir la coordinación y control del propio cuerpo para la ejecución de las tareas a realizar en un plan de emergencias.

Actividades que desarrollen la psicomotricidad, si los alumnos se encuentran en plantas superiores, proponer como actividades que bajen las escaleras, ejercicios físicos que sean compatibles con la evacuación, tal como marcha ordenada, guardar el orden en una fila, coordinar su actuación con el resto de compañeros, simular evacuaciones, en las que los niños ensayen donde deben ir, no empujen a los compañeros, habituándose al recorrido, etc.

Objetivo: Progresar en la adquisición de hábitos y actitudes relacionadas con el bienestar y seguridad personal.

Ficha : Composición

Se le pide al alumno que pique los cuadros y componga las viñetas en orden, analizando cual ha sido el motivo del incendio.

Fomentar el dialogo de porqué no se debe jugar con cerillas, que se debe hacer si se encuentran una caja de cerillas, que otras cosas u objetos pueden se causa de producir un incendio.

Analizar que le podía haber ocurrido al niño, que cosas ha perdido a causa del fuego.

Dialogar cómo se siente el niño, como creen que se sienten sus padres.

Ficha : Dos niñas

Dialogar sobre la dos viñetas, tachar la acción incorrecta comentando los motivos. Colorear la correcta.

Ficha : Entorno:

Conocer normas de seguridad en la calle, como cruzar en los semáforos, pasos de peatones, juegos en la calle

Colorear el semáforo de acuerdo con la marcha del niño.

Objetivo: Conocer el centro escolar.

Ficha : Dependencias del centro

Dialogar con los alumnos sobre las distintas dependencias y cual debe ser el comportamiento de los niños en cada una de ellas. Así como quién debe entrar en ellas.

Ficha : Personajes

Picar cada uno de los personajes y pegar en la ficha anterior.

Ficha: Dibujo de su colegio.

Objetivo: Observar y explorar el entorno físico que le rodea identificando factores de riesgo.

Ficha : Puzzle

Tachar las partes del puzzle en las que los niños no deben entrar por motivos de seguridad, dialogando del peligro de las viñetas que han tachado. Colorear las zonas seguras.

Ficha : Aula ?

Tachar objetos y o situaciones que entrañen peligro.

Dialogar sobre cómo o dónde deberían estar los objetos de tal forma que no entrañen peligro, educándoles en autoprotección.

Ficha : Aula ?

Llamar la atención del alumno sobre el altavoz de esta ficha, deberán tachar aquellos objetos que **no** deben llevar en caso de sonar la alarma.

Hacer un estudio de su aula identificando posibles situaciones u objetos que entrañen algún riesgo.

Dialogar con los alumnos sobre el entorno escolar, si existieran actividades próximas al centro escolar que sean causa de una emergencia, por su actividad, instalaciones, etc. de tal forma que en caso de producirse un accidente en las mismas estén preparados, (gasolineras próximas, tiendas y/o almacenes de pinturas, almacén de butano, etc.).

Ficha: bombero

Dialogar y conocer la profesión del bombero. Colorear, recortar y pegar.

Factores de riesgo en casa: cocina, medicamentos, etc. Educación en autoprotección

Factores de riesgo en la calle. Educación en autoprotección.

Objetivo: Comprender e identificar los mensajes que le comunican los adultos en una situación de emergencia.

Fichas de señales.

En las fichas de señales se les pide a los alumnos picar el extintor, colorear, pegar, estas fichas que llevan flechas se puede trabajar con ellas al introducir conceptos como arriba, abajo, dependiendo de la dirección de la flecha, conceptos como derecha e izquierda, con lo cual desarrollamos la lateralidad del alumno, estamos trabajando en el plan de emergencias, el niño se va familiarizando con las señales y a la misma vez desarrolla conceptos con ellas y aprende el significado de las mismas.

Señalar la importancia, utilidad y significado de las señales.

Identificación de señales de evacuación y extinción.

Ficha: Plano del centro (ó planta / sección)

Colorear camino de evacuación, salidas de emergencia.

Identificación de señales auditivas y/o visibles, mensajes.

Los objetivos generales en educación primaria son:

- ✍ Identificar y plantear interrogantes y problemas a partir de la experiencia diaria, utilizando tanto los conocimientos y los recursos materiales disponibles como la colaboración de otras personas para resolverlos de forma creativa.
- ✍ Actuar con autonomía en las actividades habituales y en las relaciones de grupo, desarrollando las posibilidades de tomar iniciativas y de establecer relaciones afectivas.
- ✍ Colaborar en la planificación y realización de actividades en grupo, aceptar las normas y reglas que democráticamente se establezcan, articular los objetivos e intereses propios con los de los otros miembros del grupo, respetando puntos de vista distintos, y asumir las responsabilidades que le correspondan.
- ✍ Comprender y establecer relaciones entre hechos y fenómenos del entorno natural y social, contribuir activamente, en lo posible, a la defensa, conservación y mejora del medio ambiente.
- ✍ Conocer y apreciar el propio cuerpo y contribuir a su desarrollo adoptando hábitos de salud y bienestar y valorando las repercusiones de determinadas conductas sobre la salud y la calidad de vida.

Los objetivos por áreas son los siguientes:

CONOCIMIENTO DEL MEDIO NATURAL Y SOCIAL.

- ✍ Comportarse de acuerdo con los hábitos de salud y cuidado corporal que se derivan del conocimiento del cuerpo humano y de sus posibilidades y limitaciones, mostrando una actitud de aceptación y respeto por las diferencias individuales.
- ✍ Participar en actividades grupales adoptando un comportamiento constructivo, responsable y solidario, valorando las aportaciones propias y ajenas en función de objetivos comunes y respetando los principios básicos del funcionamiento democrático.
- ✍ Identificar los principales elementos del entorno natural, analizando sus características más relevantes, su organización e interacciones y progresando en el dominio de ámbitos espaciales cada vez más complejos.
- ✍ Diseñar y construir dispositivos y aparatos con una finalidad previamente establecida, utilizando su conocimiento de las propiedades elementales de algunos materiales, sustancias y objetos.

- ✍ Identificar algunos objetos y recursos tecnológicos en el medio y valorar su contribución a satisfacer determinadas necesidades humanas, adoptando posiciones favorables a que el desarrollo tecnológico se oriente hacia usos pacíficos y una mayor calidad de vida.

AREA DE EDUCACION ARTISTICA.

- ✍ Comprender las posibilidades del sonido, la imagen, el gesto y el movimiento como elementos de representación y utilizarlas para expresar ideas, sentimientos y vivencias de forma personal y autónoma en situaciones de comunicación y juego.
- ✍ Expresarse y comunicarse produciendo mensajes diversos, utilizando para ello los códigos y formas básicas de los distintos mensajes artísticos, así como sus técnicas específicas.
- ✍ Conocer los medios de comunicación en los que opera la imagen y el sonido y los contextos en que se desarrollan, siendo capaz de apreciar críticamente los elementos de interés expresivo y estético.

AREA DE EDUCACIÓN FISICA.

- ✍ Adoptar hábitos de higiene, de alimentación, de posturas y de ejercicio físico, manifestando una actitud responsable hacia su propio cuerpo y de respeto a los demás, relacionando estos hábitos con los efectos sobre la salud.
- ✍ Regular y dosificar su esfuerzo llegando a un nivel de autoexigencia acorde con sus posibilidades y la naturaleza de la tarea que se realiza, utilizando como criterio fundamental de valoración dicho esfuerzo y no el resultado obtenido.
- ✍ Resolver problemas que exijan el dominio de patrones motrices básicos adecuándose a los estímulos perceptivos y seleccionando los movimientos, previa valoración de sus posibilidades.
- ✍ Utilizar sus capacidades físicas básicas y destrezas motrices y su conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para la actividad física y para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación.

AREA DE LENGUA CASTELLANA.

- ✍ Comprender discursos orales y escritos, interpretándolos con una actitud crítica y aplicar la comprensión de los mismos a nuevas situaciones de aprendizaje.

- ✍ Expresarse oralmente y por escrito de la forma coherente, teniendo en cuenta las características de las diferentes situaciones de comunicación y los aspectos normativos de la lengua.
- ✍ Utilizar la lengua oral para intercambiar ideas, experiencias y sentimientos, adoptando una actitud respetuosa ante las aportaciones de los otros y atendiendo a reglas propias del intercambio comunicativo.
- ✍ Combinar recursos expresivos lingüísticos para interpretar y producir mensajes con diferentes intenciones comunicativas.

AREA DE LENGUAS EXTRANJERAS.

- ✍ Comprender textos orales y escritos relativos a objetos, situaciones, y acontecimientos próximos y conocidos, utilizando las informaciones, tanto globales como específicas, transmitidas por dicho textos con fines concretos.

AREA DE MATEMATICAS.

- ✍ El esquema global y segmentario.
- ✍ Las posibilidades perceptivas y motrices del cuerpo.
- ✍ Nociones asociadas a relaciones espaciales y temporales: relaciones espaciales, sentido dirección, orientación, simetrías, dimensiones en planos y volúmenes, nociones topológicas básicas (dentro/fuera, arriba/abajo, delante/detrás, ...). Relaciones temporales ritmo, duración, secuencia, velocidad,...

GUÍA DIDACTICA: PLAN DE EMERGENCIAS.

OBJETIVOS PRIMER CICLO DE PRIMARIA.

- ✂ Conocer su propio cuerpo, funciones, posibilidades y limitaciones.
- ✂ Adquirir la preparación física adecuada a su edad que le capacite para poder evitar accidentes o sus consecuencias.
- ✂ Descubrir el medio que le rodea, lugares, objetos y situaciones que pueden ser causa de riesgo.
- ✂ Conocer las causas de accidentes más frecuentes que se producen, así como la forma de evitarlos.
- ✂ Saber detectar un accidente o una emergencia y poderla comunicar a los profesores o personal del centro.
- ✂ Comprender las intenciones de los mensajes que se comunican en situaciones de emergencia por parte de los adultos.
- ✂ Conocer y practicar normas elementales en un plan de emergencia.
- ✂ Coordinar nuestro comportamiento con el resto de compañeros del centro.

Objetivo: Conocer su propio cuerpo, funciones, posibilidades y limitaciones.

Ficha : Muñeca.

Se les pide a los alumnos que recorten la muñeca, que hagan una marioneta, y se establece un diálogo con los niños sobre cuales deben ser sus actuaciones en caso de producirse una emergencia, quién debe manejar un extintor, etc.

Objetivo: Adquirir la preparación física adecuada a su edad que le capacite para poder evitar accidentes o sus consecuencias.

Proponer actividades que desarrollen habilidades motrices, ejercicios que potencien la agilidad, capacidad de reacción, equilibrio, fuerza, destreza. Proponer ejercicios compatibles con la evacuación, tales como bajar escaleras, guardar orden en una fila, etc.

Dialogar con el alumno/a sobre causas de accidentes más frecuentes en la evacuación, (caídas) y buscar alternativas para evitar los mismos. Fomentar conductas de autoprotección.

Objetivo: Descubrir el medio que le rodea, lugares, objetos y situaciones que pueden ser causa de riesgo.

Ficha : Aula.

Dialogar sobre aquellos objetos que pueden causar accidentes, tipo de accidente, consecuencias, proponer soluciones que los eviten, cuál debe ser su comportamiento, si encontraran algún objeto que puede provocar un accidente a quién deben comunicárselo. Tachar aquellos objetos que son causa de riesgo.

Elaborar un listado de las causas más frecuentes de accidentes indicando si la peligrosidad de los elementos depende del mal uso ó del propio elemento.

Hacer un estudio de su aula para comprobar que no existen causas de accidentes. Educación en autoprotección.

Ficha : Dependencias de un centro escolar.

Conocer el centro escolar, a pesar de que los niños de primer ciclo de primaria no suelen hacer uso de algunas dependencias como laboratorio, es necesario que conozcan el laboratorio, dónde se encuentra, uso, y causas de accidente.

Dialogar sobre cada una de las zonas del centro, biblioteca, cocina, laboratorio, sala de calderas, uso de las mismas, comportamiento, riesgos de producirse una emergencia y/o accidente, así como formas de evitarlos.

Ficha : Personajes

Recortar y pegar en la ficha anterior.

Ficha dibujo de su centro escolar. Entorno

Estudio y análisis del propio entorno escolar, actividades próximas al centro que puedan ser causa de emergencia, por la presencia de materiales y/o actividades que en ellas se desarrolle (gasolineras, almacén de pinturas, butano, etc)

Objetivo: Conocer las causas de accidentes más frecuentes que se producen, así como la forma de evitarlos.

Ficha : Comparar comportamientos

Dialogar sobre situación A y B, sobre cuál es la correcta, consecuencias, etc.

Ficha : Componer.

Recortar y componer, dialogar sobre el comportamiento del niño, consecuencias, cuál debería haber sido su comportamiento, sentimientos del niño, de sus padres, etc.

Estudio y análisis de las causas de accidentes en casa y en la calle. Conductas de autoprotección.

Ficha : entorno

Conocer normas de seguridad en la calle, como cruzar en los semáforos, pasos de peatones, juegos en la calle.
Colorear el semáforo de acuerdo a la marcha del niño.

Objetivo: Saber detectar un accidente o una emergencia y poderla comunicar a los profesores o personal del centro.

Simulación de un accidente o emergencia, los niños propongan lo que deben hacer, establecer un diálogo con ellos sobre cómo creen ellos que deben actuar, incidiendo en los comportamientos correctos y los incorrectos analizando las consecuencias de cada uno ellos.

Simulación de la situación pero ahora actuando de forma correcta. Fomentar discusión sobre qué les ha parecido, si se podría mejorar algo, cómo se sienten sabiendo lo que tienen que hacer.

Objetivo: Comprender las intenciones de los mensajes que se comunican en situaciones de emergencia por parte de los adultos.

Ficha : Aula altavoz.

Comparar la ficha con la anterior, analizar las diferencias, llamar la atención sobre el altavoz.
Dialogar sobre cuando sonará la alarma, qué hacer, indicar qué objetos deben recoger, cómo se deben comportar.

Fichas de señales.

Dialogar sobre el significado de cada una de ellas, cómo deben interpretarlas, qué señales se pueden encontrar en su recorrido de evacuación.
Paseo por el recorrido de evacuación para estudiar cada una de las señales que se encuentran.

Diferenciar señales de evacuación y extinción.

Ficha plano del centro, planta, y/o sector.

Colorear el recorrido de evacuación, puertas de emergencia, interpretación de un plano, etc.

Identificación de señales auditivas y/o visibles.

Cuando realicen alguna visita a un centro público, llamar la atención de los alumnos sobre las señalizaciones.

Objetivo: Conocer y practicar normas elementales en un plan de emergencia.

Simulación de una evacuación.

Designar responsables y actuaciones.

Interiorización de actuaciones, mensajes, señales.

Comentar el simulacro.

Objetivo: Coordinar nuestro comportamiento con el resto de compañeros del centro.

Practicar normas de evacuación, orden, punto de reunión.

GUÍA DIDACTICA: PLAN DE EMERGENCIAS.

OBJETIVOS SEGUNDO CICLO DE PRIMARIA.

- ✂ Conocer su propio cuerpo, funciones, posibilidades y limitaciones.
- ✂ Adquirir la preparación física adecuada a su edad que le capacite para poder evitar accidentes o sus consecuencias.
- ✂ Descubrir el medio que le rodea, lugares, objetos y situaciones que pueden ser causa de riesgo.
- ✂ Conocer las causas de accidentes más frecuentes que se producen, así como la forma de evitarlos.
- ✂ Saber detectar un accidente o una emergencia y poderla comunicar a los profesores o personal del centro.
- ✂ Comprender las intenciones de los mensajes que se comunican en situaciones de emergencia por parte de los adultos.
- ✂ Conocer y practicar normas elementales en un plan de emergencia.
- ✂ Coordinar nuestro comportamiento con el resto de compañeros del centro.

Objetivo: Conocer su propio cuerpo, funciones, posibilidades y limitaciones.

Hacer una redacción sobre como deben actuar en caso de producirse una emergencia.
Hacer una lista de comportamiento saludables, actuaciones que entrañen peligro.

Objetivo: Adquirir la preparación física adecuada a su edad que le capacite para poder evitar accidentes o sus consecuencias.

Proponer actividades que desarrollen habilidades motrices, ejercicios que potencien la agilidad, capacidad de reacción, equilibrio, fuerza, destreza. Proponer ejercicios compatibles con la evacuación, tales como bajar escaleras, guardar orden en una fila, etc.

Dialogar con el alumno/a sobre causas de accidentes más frecuentes en la evacuación, (caídas) y buscar alternativas para evitar los mismos.

Objetivo: Descubrir el medio que le rodea, lugares, objetos y situaciones que pueden ser causa de riesgo.

Dialogar sobre aquellos objetos que pueden causar accidentes, tipo de accidente, consecuencias, proponer soluciones que los eviten, cuál debe ser su comportamiento, si encontraran algún objeto que puede provocar un accidente a quién deben comunicárselo.

Hacer un estudio de su aula para comprobar que no existen causas de accidentes.

Conocer el centro escolar:

Dialogar sobre cada una de las zonas del centro, biblioteca, cocina, laboratorio, sala de calderas, uso de las mismas, comportamiento, riesgos de producirse una emergencia y/o accidente, así como formas de evitarlos.

Ficha : Laboratorio

Señalar los objetos que pueden provocar un accidente y/o emergencia.

Analizar si las causas de materializarse el riesgo son debidas al comportamiento de los niños y/o profesores o a las propias instalaciones.

Proponer medidas correctoras.

Visitar el laboratorio del centro y ver si existe la posibilidad de producirse una emergencia y/o accidente.

Proponer medidas de seguridad.

Ficha : Biblioteca.

Señalar si existe algún factor de riesgo. Dialogar sobre cómo deberían estar.

Visita a la biblioteca del centro para estudiar si existe alguna probabilidad de que el riesgo se materialice.

Proponer medidas correctoras.

Diseñar un plano del centro en el cual se refleje la ubicación de los alumnos con respecto al plano, indicando cada uno de las dependencias del centro. (El plano, puede ser confeccionado por los alumnos de mayor nivel y puede ser suministrado al resto de compañeros con el fin de que aprendan a saber interpretar un plano y ubicarse en el mismo.)

Objetivo: Conocer las causas de accidentes más frecuentes que se producen, así como la forma de evitarlos.

Hacer un estudio de las causas de accidentes, indicando si la causa es debida a comportamiento de los alumnos, o bien a causas intrínsecas a la propia zona de estudio.

Clasificar el riesgo de producirse un accidente o emergencia en el centro por su probabilidad y gravedad. (Clasificación: bajo, medio, alto)

Señalar en el plano dicha clasificación de acuerdo a unos colores predeterminados por los propios alumnos.

Indicar si en las zonas estudiadas se puede potenciar el riesgo debido a un mal uso de las mismas, proponer acciones que eliminen en la mayor medida posible los riesgos.

Proponer acciones a emprender así como el tipo de señalización que debe haber en cada una de las zonas, verificación de señales en las zonas.

Clasificación de accidentes que se pueden producir en casa y en la calle. Conductas de autoprotección.

Objetivo: Saber detectar un accidente o una emergencia y poderla comunicar a los profesores o personal del centro.

Simulación de un accidente o emergencia, los niños propongan lo que deben hacer, establecer un diálogo con ellos sobre cómo creen ellos que deben actuar, incidiendo en los comportamientos correctos y los incorrectos analizando las consecuencias de cada uno ellos.

Simulación de la situación pero ahora actuando de forma correcta. Fomentar discusión sobre qué les ha parecido, si se podría mejorar algo, cómo se sienten sabiendo lo que tienen que hacer.

Estudio de señalizaciones en otros establecimientos públicos.

Estudio de señales.

Comunicar la emergencia.

Camino a seguir.

...

Objetivo: Comprender las intenciones de los mensajes que se comunican en situaciones de emergencia por parte de los adultos.

Dialogar sobre cuando sonará la alarma, qué hacer, indicar qué objetos deben recoger, cómo se deben comportar.

Fichas de señales.

Dialogar sobre el significado de cada una de ellas, cómo deben interpretarlas, qué señales se pueden encontrar en su recorrido de evacuación.

Paseo por el recorrido de evacuación para estudiar cada una de las señales que se encuentran.

Dibujar en los planos el recorrido de evacuación a seguir en caso de sonar la alarma.

Objetivo: Conocer y practicar normas elementales en un plan de emergencia.

Simulación de una evacuación.

Designar responsables y actuaciones.

Comentar el simulacro.

Objetivo: Coordinar nuestro comportamiento con el resto de compañeros del centro.

Practicar normas de evacuación, orden, punto de reunión, comportamiento durante la evacuación.

ANEXO I:

COMPORTAMIENTO DE LOS NIÑOS EN SITUACION DE EMERGENCIA.

1. MODELO EXPLICATIVO.

El propósito de un plan de autoprotección escolar, es la prevención de los distintos problemas que pueden surgir en una situación real de emergencia. Tradicionalmente la intervención se hacía cuando aparecía un problema, actualmente se hace con una visión más preventiva y dentro de un marco de salud y prevención. En toda situación, sea de emergencia o no, no se puede dejar a un lado el componente psicológico de las personas.

Se parte de un modelo conductual-integrador (modelo bio-psico-social) estudiando al sujeto en todas sus dimensiones: biológica, psicológica y social. Este modelo se caracteriza por:

1. Estudio del ambiente o contexto en el que se da la conducta. Desde la teoría del aprendizaje social (Bandura 1977,1986) se considera que tanto la conducta, como la persona u organismo y el ambiente se determinan recíprocamente. Por tanto no podemos estudiarlos de forma separada.

2. Asignación de un papel más activo al propio sujeto, enseñándole técnicas de autorregulación, con las cuales aprende estrategias para controlar su propia conducta. El niño es educado en determinadas habilidades que con posterioridad utilizará para enfrentarse en su vida ordinaria a situaciones de emergencia, permitiéndole incluso prevenir futuros trastornos (fobia al fuego, crisis de pánico, etc.). La educación en diversas técnicas (autoterapias) cognitivas y de autocontrol, les permitirán "tratarse así mismos", implicando activamente al sujeto.

Entre las técnicas estarán las de biofeedback, encaminadas a regular las respuestas psicofisiológicas, técnicas cognitivas dirigidas a regular aspectos relacionados con la percepción de la realidad, actitudes, procesamiento cognitivo, etc., así como técnicas de autocontrol.

3. Incremento de las áreas de aplicación: con una visión de normalización, ya no interesa tanto la persona con un trastorno mental, nuestro interés se centra en la persona que se enfrenta a un problema psicológico como consecuencia de la exposición ante una situación estresante, cuya respuesta a esa nueva situación anormal tiene una respuesta normal.

4. Areas de aplicación: se pretende que todos los profesionales, no sólo los de la salud (médicos, psicólogos,...) sino también todos aquellos que entre sus funciones sea la de proteger a las personas, (miembros de protección civil, bomberos, ...), así como los encargados de la educación de los niños trabajen de forma conjunta, nos lleva a la necesidad de plantear un trabajo interdisciplinar entre todos, de forma que las actuaciones en situaciones de emergencia están en completa coordinación.

Caplan (1964) observó la trascendencia de las crisis vitales en la psicopatología, identificando la importancia de los recursos personales y sociales para la resolución de las crisis, destacando la gran labor que se podría hacer desde un marco de intervención preventiva. Desde esta perspectiva establece tres niveles: primaria, secundaria y terciaria.

- Primaria: dirigida a evitar la aparición del trastorno o la difusión del agente patógeno, dando una protección específica a los grupos de alto riesgo, buscando la promoción de la salud en general. Se trata de la reducción o eliminación de aquellos factores o condicionantes del medio, tanto físico como humano, asociados a la aparición del problema, aumentando los recursos personales de los escolares y conductas saludables que puedan neutralizar una futura patología.

El plan de emergencia que se propone, entraría dentro de la prevención primaria, ya que con él se pretende reducir los factores de riesgo en la medida de lo posible, preparar a la población ante situaciones de emergencia, organizando todos los recursos disponibles para poder minimizar al máximo el riesgo y sus consecuencias.

- Secundaria: dirigida a detener el avance del deterioro de la salud en las primeras fases –reducir la duración de las perturbaciones -, la atención se dirige a la detección temprana de los casos o conductas de riesgo relacionado con diferentes problemas o trastornos con el fin de modificarlos, estando en una fase incipiente.

Nuestro plan irá dirigido a una población determinada, de la cual tenemos conocimiento, por tanto, se conocerán a todos aquellos sujetos que sean más propensos a que su conducta se altere ante una situación estresante. Es por lo que la nuestra es también una prevención secundaria.

- Terciaria: dirigida a reducir las consecuencias o efectos del problema o la enfermedad.

La intervención comportamental preventiva tiene como objetivos eliminar o eventualmente disminuir el riesgo de aparición de alteraciones comportamentales o de salud, para ello se intentarán cambiar los factores ambientales que dificulten el pleno desarrollo de un individuo, así como promover habilidades y comportamientos con el fin de que el sujeto en su mundo personal, social y físico pueda actuar de una forma saludable.

La campaña de Autoprotección escolar es una actuación preventiva, ésto supone conocer:

- a) variables que generan el problema y su posible evolución.
- b) conductas que se deberían desarrollar en la población a fin de que los daños fueran los mínimos posibles.
- c) procedimientos o métodos de cambios de dichas conductas.

d) procedimientos metodológicos que hagan posible valorar los efectos de nuestra intervención.

1.1 PSICOLOGIA DE LA SALUD.

La psicología de la salud, centra su interés en la promoción de la salud, y por tanto, en una actitud preventiva, establece un modelo de salud para el cual los problemas tienen una etiología multifactorial y por tanto, sus soluciones han de ser interdisciplinarias tanto para su prevención como para su tratamiento.

Los centros escolares, serán los promotores de la salud, proporcionando unas condiciones óptimas para el desarrollo del alumnado. Estos, promoverán, fomentarán, y permitirán la adquisición de habilidades personales y sociales que conduzcan a crear unos valores y unas actitudes positivas hacia la salud, desde una autoprotección a una participación comunitaria con el resto de compañeros. Los profesores serán los responsables del desarrollo de esas habilidades.

1.2 INTERVENCION COMPORTAMENTAL-EDUCATIVA.

Frente a las actuaciones tradicionales de intervención terapéutica y a las estrategias de educación para la salud en la prevención, basadas con exclusividad en la mera transmisión de información, las cuales se han demostrado insuficientes, se deben crear unos programas estructurados y con continuidad en el tiempo, con el fin de conseguir los comportamientos y actitudes que se pretenden promocionar. Una actuación puntual y aislada suele ser poco productiva, una alternativa a este tipo de actuaciones son los programas de intervención comportamental-educativas para la salud en atención primaria.

Aparece una nueva concepción de educación para la salud, la cual se ha convertido en la estrategia de intervención básica para la promoción y prevención, definida ésta como una metodología educativa continua, que tiende sobre todo a incitar al individuo a una toma de responsabilidad para lo que es su propia salud y la de la colectividad, así como a desarrollar sus aptitudes para participar de forma constructiva en la vida de la comunidad.

Cada vez más, empieza a considerarse la necesidad de una colaboración y acción intersectorial, con participación de todos los servicios. Esta intervención pretende evitar de forma anticipada que se produzcan comportamientos que deriven en problemas bien sean de salud o agravamiento de situaciones. Si de forma tradicional prevenir en salud pública suponía inmunizar a la población contra enfermedades transmisibles y adoptar medidas de saneamiento ambiental, actualmente supondrá también, y cada vez más, modificar comportamientos y cambiar contextos que puedan provocar o derivar dichos problemas, así como la adquisición de habilidades que ayuden a afrontar situaciones de emergencia de forma eficaz.

El proceso de intervención comportamental-educativo que se propone consta de unas fases:

1. Detección de la necesidad de intervenir y evaluación del problema.

Los profesionales se plantean la necesidad de intervenir a nivel grupal/comunitario cuando un problema se presente con cierta frecuencia en la población y repercuta negativamente sobre el bienestar personal de los sujetos o bien aún cuando la frecuencia sea mínima pero sus consecuencias tengan unos efectos negativos o irreparables sobre los mismos.

Un incendio en un centro escolar, no es un suceso que se presente con cierta frecuencia, pero en caso de producirse las consecuencias pueden ser irreparables.

2. Formulación de hipótesis explicativas del problema.

La formulación de hipótesis explicativas del problema, son fundamentales ya que de ellas se podrá determinar las causas del mismo, así como estudiar formas de prevención. Los programas de intervención comportamental preventivo han destacado frecuentemente: falta de información, escaso conocimiento en el modo de prevenirlo, falta de habilidades comportamentales para resolver situaciones directamente relacionadas con el problema y la importancia de ciertas variables ambientales en la génesis de determinados problemas.

3. Establecimiento de los objetivos de la intervención preventiva.

La intervención comportamental preventiva tiene por objetivo el eliminar o disminuir el riesgo de aparición de situaciones de emergencia, alteraciones comportamentales o de salud, intentando lograr la máxima integración ecológica entre personas y el ambiente, utilizando dos estrategias de intervención: Primera intentando cambiar los factores ambientales que puedan ocasionar esas situaciones; segunda promover habilidades y comportamientos con el fin de que la persona sea capaz de desenvolverse ante esa nueva situación de forma eficaz.

4. Diseño y aplicación de la intervención.

La intervención consta de tres subfases:

a) Fase educativa: Se informa y se discute sobre el problema y su prevención. El objetivo es incrementar la información y modificar las actitudes y cogniciones, utilizando estrategias de persuasión o comportamentales de los sujetos, frente al problema. Es importante conocer los esquemas conceptuales que tienen los sujetos frente a un problema y/o situación, ya que teniendo conocimiento de ellos es, no sólo será más fácil sino más efectivo, poder desechar las falsas ideas que tienen. Un esquema conceptual, son las ideas previas que tiene un sujeto ante una situación ó problema.

b) Fase de entrenamiento en habilidades: Se realizan experiencias de aprendizaje de diferentes habilidades o competencias comportamentales, las más utilizadas son: habilidades en la resolución de problemas, habilidades de autocontrol, habilidades sociales, etc., el entrenamiento es una fase fundamental en todo programa preventivo, ya que éste nos da un conocimiento profundo de cómo habrán de comportarse ante la situación problema y si se han resuelto todas las ideas erróneas que tenían al respecto.

c) Fase de aplicación: Se practicará lo aprendido en situaciones artificiales y/o naturales.

5. Valoración de los resultados de la intervención.

Terminada la intervención preventiva se valora su eficacia mediante la comparación de los resultados antes y después de nuestra actuación y/o con grupos de control. Dado que nuestra actuación se centra en un plan de autoprotección escolar en situaciones de emergencia, será más conveniente el ver cómo actúan los alumnos del centro escolar antes de instaurar el plan y ver su actuación después de nuestra intervención, mejor que utilizar un grupo de control, ya que después tendremos que actuar sobre dicho grupo.

Puesto que el objetivo general de los programas preventivos es que no se presente el problema, la consecución de ésta meta sólo se constatará cierto tiempo después de haber terminado la intervención, para ello, la realización de un seguimiento es especialmente importante, no sólo porque con ello conseguiremos la instauración de las conductas deseadas sino que hemos de tener en cuenta, que en todos los centros escolares cada año hay nuevos alumnos, con lo cual es importante que todos tengan conocimiento de cómo actuar.

2. ANSIEDAD, MIEDO Y PÁNICO.

Conceptos como ansiedad, miedo, se han llegado a confundir, por eso es importante hacer una diferenciación de los mismos.

Ansiedad: consiste en un estado emocional aversivo, anticipatorio de una amenaza real o imaginaria, externa o interna, caracterizado por sensaciones de aprensión y otros sentimientos y pensamientos desagradables (ejem. Nerviosismo, preocupación, etc.) acompañados de manifestaciones fisiológicas producidas por activación del sistema nervioso autónomo.

Miedo: aunque a veces se identifica con el concepto de ansiedad, ya que las manifestaciones emocionales y somáticas son semejantes suele diferenciarse de éste último en los términos de especificación de la amenaza. Es decir, el miedo y la ansiedad son estados emocionales aversivos semejantes, pero, mientras que el miedo está suscitado por una amenaza objetiva de peligro (ejem: estímulo externo identificable), la ansiedad es una reacción más difusa, sin un estímulo elicitor más o menos específico.

Autores como Barlow (1988), hace una distinción entre los conceptos de miedo y ansiedad. Para este autor, el miedo es una “alarma primitiva” del organismo ante la existencia de peligros presentes, asociado a un sistema defensivo ancestral que prepara al organismo para la reacción primitiva de “lucha – huida”. En cambio, la ansiedad o, como este autor dice “aprensión ansiosa”, es más bien una combinación difusa de emociones orientadas hacia el futuro, que se asocia a una “estructura cognitivo-afectiva” y a la percepción incontrolada e impredecibilidad.

Por consiguiente, mientras el miedo puede ser considerado de naturaleza casi automática, la ansiedad implica también componentes de naturaleza cognitiva.

Si bien los miedos son considerados como reacciones normales a situaciones amenazantes reales o imaginarias, cuando estas reacciones son desproporcionadas y pueden perturbar o inferir en la vida del individuo, entonces los miedos se convierten en fobias, las cuales son “miedos patológicos”.

Distintas publicaciones, (Méndez, J. y col, 1991) han puesto de manifiesto que los miedos, no son igualmente relevantes en distintas edades, sugiriéndose que muchos miedos evolucionan de acuerdo con un proceso madurativo del niño. Establece una relación edad / miedo:

1. Durante los primeros meses del primer año de vida se desarrollan diversos miedos innatos (aparecen tempranamente sin evidencia de que deban ser aprendidos), tales como los relacionados con la presencia de estímulos de ruido intenso, movimiento súbito, dolor, y pérdida de apoyo. Posteriormente, durante la segunda mitad del primer año, aparece el miedo a las personas, situaciones y objetos extraños o no familiares. Este tipo de miedos requiere cierta maduración cognitiva en el niño, no existente durante los primeros meses, también se inician los miedos a las alturas.

2. Primera fase de preescolar (2 - 4 años). Durante esta etapa se produce una marcada reducción en los miedos innatos asociados al ruido, movimiento súbito y pérdida de apoyo, si bien la evolución del miedo al dolor es más irregular. Comienzan a ser importantes los miedos a los animales, en particular perros y serpientes. Los niños desarrollan a estas edades, también de forma significativa, los miedos a la oscuridad y a estar solos.

3. Segunda fase de preescolar (5 - 6 años). Predominan las reacciones de temor a seres imaginarios y sobrenaturales, fantasmas pesadillas nocturnas, brujas. Tras el importante desarrollo cognitivo del niño, los miedos se van haciendo más anticipatorios; de este modo, ahora suelen predominar los miedos a ladrones y raptos, así como también los temores a las amenazas de daño corporal, miedo a los accidentes de tráfico, al fuego, y a peligros asociados a la socialización.

4. Niñez media (6 - 11 años). Al desaparecer muchas distorsiones cognitivas que caracterizaban las fases anteriores, tienden a reducirse los miedos a los seres imaginarios y sobrenaturales. En contraste, comienzan a dominar las formas de miedos más realistas, como el temor a posibles daños corporales, temor a los accidentes de tráfico, a quemarse, a las tormentas, a la muerte, a los animales peligrosos. Las historias de ficción que los niños pueden observar, por ejemplo en la televisión, tienden a mantener y/o potenciar algunos de los miedos asociados a seres imaginarios, generalmente más característicos de la fase anterior.

5. Preadolescencia (11 - 13 años). La etapa intermedia entre el final de la niñez y el comienzo de la adolescencia marca el comienzo de una serie de cambios, tanto físicos como psicológicos (operaciones formales, comprensión realista de la causalidad física), que preludian la próxima iniciación del individuo en el mundo social y cultural de los adolescentes. Los miedos de tipo escolar, social, político, económico y de

autoimagen comienzan a adquirir relevancia y se incrementarán durante la adolescencia.

6. Adolescencia. Relacionado con los procesos madurativos e inmersión de los adolescentes en la vida social, durante el período de la adolescencia adquieren gran relevancia relieve los temores sociales, los miedos sexuales y los relacionados con la autoidentidad y el rendimiento personal. Otros tipos de temores ya presentes en fases anteriores, como animales, oscuridad, muerte,..., suelen darse con cierta frecuencia.

Esta clara distinción entre ansiedad y miedo, así como la posible naturaleza madurativa del miedo infantil, son datos a tener en cuenta en nuestro programa, ya que hemos de ser conscientes que la situación a la que vamos a exponer a los niños generará un nivel de ansiedad, y dependiendo de cómo presentemos el programa podemos inducir al miedo y con lo cual podemos “bloquear” a los sujetos y como consecuencia, agravar las situaciones, por tanto una de las consideraciones que hemos de tener es que si la situación ya de por sí, producirá niveles más o menos altos de ansiedad, las señales utilizadas no deben incrementarla, un timbre que dé la señal de alarma demasiado estridente, aumentaría el nivel de ansiedad.

Por otro lado, muchos de los miedos infantiles no llegan a convertirse en fobias, pero puede ocurrir no obstante, que aún sin constituir auténticas entidades clínicas, si perduren durante las edades adultas y representen un importante malestar e interfiera sobre las actividades diarias.

Para los niños, el plan de emergencias es una actividad lúdica, para ellos no dejará de ser un juego, a pesar de ello aprenden en los simulacros, pero no llegan a comprender la importancia de un plan, en los más pequeños no tienen la idea de continuidad en el tiempo. En caso de producirse una emergencia real, los niños son muy vulnerables, debido sobre todo a que no llegan a comprender por qué ha ocurrido, pueden llegar a sentirse culpables, sus sentimientos pueden ser muy variados, por otra parte tienen una gran dificultad en manifestar sus sentimientos, los cuales variaran de acuerdo a la edad de los niños así como los síntomas.

Por tanto los profesores han de conocer los síntomas que pueden presentar sus alumnos y en función de los mismos ayudarle así como poder orientar a padres para que ofrezcan ayuda y en caso de que perduren poder remitir a una atención más especializada con el fin de evitar un trastorno de estrés postraumático, o generar una fobia.

Fobia es un miedo irracional el cual interfiere en la vida del sujeto para desenvolverse en su vida cotidiana.

La Asociación Mexicana para ayuda mental en crisis, hace una clasificación de los síntomas y primeros auxilios en situaciones de crisis clasificándolos en edades.

✍ Niños de 1 a 7 años

SINTOMAS:

? Desamparo y pasividad.

- ? Miedo generalizado.
- ? Se sienten mal en general.
- ? No quieren hablar de lo ocurrido.
- ? Sueños desagradables, pesadillas, sueños interrumpidos.
- ? No quieren separarse de sus padres, ansiedad de separación.
- ? Regreso a conductas infantiles, como chuparse el dedo, enuresis nocturna.
- ? Angustia relacionada con no entender el significado de muerte.
- ? Fantasías de “componer” a los muertos, esperar el regreso de la persona muerta.
- ? Juegos repetitivos acerca del evento traumático.

PRIMEROS AUXILIOS

- ? Dar apoyo, descanso, consuelo.
- ? Permitirles que libremente jueguen, dibujen, coloreen, canten, bailen, acerca del hecho traumático.
- ? Proporcionarles sensación de seguridad.
- ? Dar respuestas claras y concretas a las preguntas cada vez que lo necesiten y de forma que ellos lo entiendan.
- ? Ayudarles a ponerle nombre a sus sentimientos: tristeza, enfado, miedo.
- ? Ayudarles a que hablen de sus sentimientos.
- ? Alentarlos a que hablen sobre como vivió la situación.
- ? Informarles cada vez que lo pidan sobre donde están sus hermanos, padres, amigos.
- ? Ser pacientes con los niños que regresan a conductas ya superadas
- ? Si preguntan sobre la muerte, decirles que es permanente, que causa un gran sentimiento de tristeza a los vivos, nunca culpar al niño por la muerte de otros, tampoco decirles que los muertos están felices, porque ya no sufren, ya ellos podrían desear morir para no sufrir.

✍ Niños de 8 a 11 años.

SINTOMAS

- ? Sentirse preocupado, responsable o culpable por el evento.
- ? Sentir miedo de estar solos y del contacto con todo aquello que les recuerde el suceso.
- ? Jugar y hablar repetidamente y con exceso de detalles, acerca del evento.
- ? Miedo de no poder controlar sus sentimientos, de llorar, de estar enfadados, de tener miedo.
- ? Problemas para prestar atención y aprender.
- ? Alteraciones del sueño, pesadillas, sueños con monstruos, etc.
- ? Preocupación por la seguridad de sí mismos y de otros.
- ? Cambios inesperados de conducta, por ejemplo de ser activos a pasivos y viceversa.
- ? Dolores corporales.
- ? Preocupación excesiva por sus padres evitando molestarlos a ellos con sus propias angustias.

- ? Sentirse inquietos, confundidos y asustados por sus propias reacciones al dolor y la pérdida.
- ? Miedo a fantasmas.

PRIMEROS AUXILIOS

- ? Ayudarles a expresar sus propias fantasías sobre el evento.
- ? Ayudarles a identificar y hablar sobre sus recuerdos y angustias relacionados con el trauma.
- ? Decirles que sus sentimientos y reacciones son normales ante lo sucedido.
- ? Alentarles en la expresión al miedo, enojo, tristeza, etc. Acompañándoles y apoyándoles con nuestra presencia.
- ? Decirles que informen a sus padres y profesores cuando sus pensamientos no les permiten concentrarse.
- ? Ayudarles a que relaten sus sueños, explicarles que son normales, que poco a poco pasarán, que no intenten luchar contra esos sentimientos que son normales.
- ? Compartir sus preocupaciones y decirles siempre la verdad.
- ? Promover reuniones de grupo con niños y padres para que les puedan expresar lo que están sintiendo.

✍ Adolescentes de 12 a 18 años.

SINTOMAS

- ? Culpa por haber sobrevivido.
- ? Pena sensación de vulnerabilidad, de estar indefenso, miedo a que le digan que no son normales.
- ? Cambios importantes en el comportamiento.
- ? Conductas autodestructivas, tendencia a tener o provocar accidentes.
- ? Cambios repentinos en sus relaciones sociales.
- ? Deseos y planes de venganza.

PRIMEROS AUXILIOS

- ? Fomentar discusiones sobre el evento y los sentimientos alrededor de éste. Hablar acerca de ideas realistas sobre lo que se pudo y no se pudo hacer.
- ? Ayudarles a entender el significado normal de sus sentimientos y cómo expresarlos. fomentar la búsqueda de apoyo y comprensión de compañeros.
- ? Ayudarles a entender que estas conductas son un intento de evitar los sentimientos relacionados con el evento.
- ? Hablar con ellos sobre el probable deseo de hacer cosas arriesgadas, en el periodo más difícil del trauma.
- ? Discutir con ellos las dificultades que se pueden presentar en las relaciones con la familia, compañeros y amigos.
- ? Hacer que hablen sobre sus posibles planes de venganza, en el caso de que exista algún culpable de la tragedia, discutir con ellos las consecuencias reales de estas acciones.

- ? Hablar sobre soluciones constructivas que disminuyan la sensación traumática del evento.
- ? Explicarles que los síntomas que tienen, son consecuencia normal del impacto emocional del evento.
- ? Pedirles que no hagan cambios drásticos en sus vidas.

Ante situaciones de riesgo, tensión, producidas bien por factores ambientales o sociales, se desencadenan una serie de conductas colectivas que se presentan en forma de diferentes episodios, los cuales comprenden el término de Collective Behavior. Este concepto fue planteado por Smelser (1962).

Para Smelser el comportamiento colectivo que desemboca en **conductas de pánico** se desarrolla a través de una cadena de pasos acumulativos y necesarios:

- ? Primeramente aparece una sensación de estar atrapado.
- ? Seguidamente, se produce un malestar general provocado por la imposibilidad de no poder huir o no escapar de la situación por las diferentes rutas.
- ? Aparece la necesidad de comunicarse para pedir ayuda.
- ? Percepción de peligro para la vida.
- ? El pánico aparece cuando existen trabas para movilizarse hacia la huida y cuando se percibe que no existe una coordinación, no hay información o es vaga y difusa, o las actuaciones de las personas que nos rodean no son eficaces.

A su vez el pánico depende:

- ? Del grado de coordinación percibido.
- ? Del nivel de información.
- ? De la experiencia previa similar.
- ? Del grado de tranquilidad con que se afronta el hecho.

Quarantelli (1978) afirma que, objetivamente, el pánico es un fenómeno caracterizado por un comportamiento de huida, raramente tumultuosa, y no es tanto una conducta antisocial como asocial, en la que se desatienden las relaciones sociales ordinarias; se trata de una conducta extraordinariamente individualista, sin cooperación, ni unidad de acción por parte de los sujetos. Desde el punto de vista psicológico, el sujeto define la situación como amenazante para su vida, y el pánico es algo no racional en el sentido en que su obsesión por huir no tiene en cuenta las consecuencias de su comportamiento a veces más peligrosa incluso que la propia situación de la cual intenta escapar. Durante esa situación de pánico, el organismo alerta al sistema nervioso, siendo sus efectos somáticos producidos por la reacción colectiva de miedo muy duraderos.

El pánico está relacionado con la personalidad, puesto que hay sujetos que son más vulnerables a sufrir ataques de pánico, esto ocurre con personas inestables, con escasa confianza en sí mismos, sujetos con baja autoestima, inseguros, estos sujetos ante una situación amenazante o una emergencia o perciban la situación como una amenaza para su propia vida, comenzarán a tener reacciones de pánico y difundirlas al resto de compañeros. Cuando se presente una emergencia o al oír la señal de alarma, sólo tendrá que gritar y contagiara con su conducta al resto de compañeros.

Estos sujetos suelen iniciar falso rumores, comentan con sus compañeros la existencia de un peligro ilusorio, tienden a huir bruscamente de la situación arrastrando con este tipo de conducta a otros compañeros mas o menos vulnerables. El profesor es quién conoce perfectamente a sus alumnos, y por tanto tendrá una idea de aquellos alumnos más vulnerables, a la hora de exponer el plan deberá atender especialmente a estos alumnos, analizando las cogniciones erróneas que puedan tener de la situación, potenciando sentimientos de seguridad en sí mismos, establecerá una proximidad física con ellos a la hora de hacer la evacuación.

Se recomienda la creación de líderes en los que pueda confiar el grupo, establecer unas maniobras que distraigan a éstos sujetos más vulnerables, con el fin de evitar sus rumiaciones cognitivas, es decir, pensamientos intrusivos que bloquea al sujeto y es incapaz de poner en practica lo aprendido.

Otra distinción que hemos de hacer es entre un ataque de ansiedad y un ataque de pánico, el primero surge de forma repentina, pero puede ser generado por un estímulo conocido, los síntomas son taquicardia, sudoración excesiva, temblores, oleadas de calor y frío, temblores, sensación de ahogo, latir muy fuerte el corazón, sequedad en la boca, normalmente estos síntomas desaparecen con relajación, respirar hondo, ...Por el contrario un ataque de pánico es un síndrome consistente en un episodio de intenso miedo o molestia durante el cual aparece bruscamente y alcanzan la intensidad máxima en los diez primeros minutos, al menos cuatro de siguientes síntomas tienen que estar presentes: palpitaciones y/o taquicardia, sudoración, temblor o sacudidas musculares, sensación de ahogo o respiración dificultosa, sensación de atragantarse, dolor o molestias torácicas, náuseas o molestias abdominales, sensación de vértigo, mareo o desmayo, sensación de irrealidad o despersonalización, miedo a perder el control o volverse loco/a, miedo a morir, parestésias, escalofríos o sofocos.

3. FACTORES DE RIESGO EN LA CONDUCTA.

Para profundizar en el comportamiento de las personas en situación de emergencia, habrá que tener en cuenta otros detalles de especial relevancia como elementos coadyuvantes de estas conductas como son:

a) Factores de riesgo físico:

Atendiendo a las características del lugar en el que se produzca una situación de emergencia, ya que éste puede ser:

- Abierto
- Cerrado

- Distribución del recinto
- Edificios colindantes
- Características propias del recinto

b) Factores de riesgo personales:

La conducta de los niños es un factor de riesgo, ya que muchas veces ésta puede provocar un accidente, por lo tanto, al analizar los factores de riesgo personales, hemos de tener en cuenta el desarrollo evolutivo ya que éste determina la conducta del sujeto, sigue un orden relativo, es predecible, mensurable, y está relacionado con la edad. Estos cambios no son debidos únicamente a la edad cronológica y a factores internos, sino que son producto de la relación de éstos con el ambiente que les rodea.

Al hablar de desarrollo evolutivo hemos de tener en cuenta el desarrollo motor, cognitivo y psicosocial.

Los cambios que se producen en el desarrollo motor implican cambios en la exposición a los riesgos y cambios en la capacidad para enfrentarse a los mismos. La maduración física y el crecimiento conllevan una mayor coordinación motora. El conocimiento de este nos ayudará a determinar las necesidades, y comprender la relativa frecuencia con que se producen unos determinados accidentes según la edad.

El desarrollo cognitivo, a medida que madura puede comprender la relación que existe entre su conducta y el riesgo, aumenta su capacidad para reconocer los riesgos para su salud, así como conductas de autoprotección y a asumir responsabilidades para promover la seguridad y prevenir los accidentes. Aumenta su autonomía personal y capacidad para realizar conductas preventivas.

En cuanto al desarrollo psicosocial hemos de tener en cuenta que los niños son grandes imitadores de la conducta de los adultos, y muchas veces el problema no es en sí por la propia conducta del niño, sino por imitación, el proceso de socialización, la necesidad de explorar el medio que les rodea, etc.

Toda institución educativa debe adoptar un proyecto formativo que asuma las diferencias individuales como reflejo de los valores y creencias de los grupos sociales en los que se sustenta. En los centros docentes la diversidad se manifiesta entre los alumnos escolarizados fundamentalmente en: distintos niveles de capacidad, ritmos de desarrollo, necesidades educativas, motivacionales, intereses, expectativas, estilos cognitivos y de aprendizaje entre otros aspectos. La integración escolar, es hoy día un hecho que no se puede obviar y se ha de tener en cuenta en todo proyecto que se desarrolle en un centro, en esta situación pueden encontrarse dos grupos de escolares, que van a necesitar una respuesta educativa más específica e inusual:

- Alumnos que presentan deficiencias físicas, psíquicas o sensoriales, y que están escolarizados en los centros ordinarios.

- Alumnos que sin presentar una limitación personal, poseen una historia de aprendizaje repleta de experiencias negativas, y cuyo fruto, son graves lagunas en los contenidos instrumentales básicos los cuales repercuten en la adquisición de nuevos contenidos y generan altos grados de desmotivación y desinterés por la vida escolar.

Para salvaguardar el derecho a una educación de calidad la L.O.G.S.E. y los Reales Decretos que la desarrollan han previsto medidas especiales de ordenación y adaptación curricular que satisfagan las necesidades educativas especiales (N.N.E.) que presentan éstos alumnos.

El Real Decreto de 6 de Marzo de 1985 referente a la ordenación de la Educación Especial, expresa los principios que con carácter general deben guiar la intervención educativa con respecto a los alumnos con NNE.

Parte del concepto de integración escolar, proceso mediante el cual una persona con deficiencias es acogida en una escuela de todos, es decir, convive, aprende, se socializa con los demás alumnos en un centro escolar ordinario, fundamentándose en los principios de normalización, sectorización e individualización. El centro tiene un mayor compromiso en buscar la respuesta que pueda eliminar, paliar o compensar en lo posible esas dificultades, surgiendo una nueva característica de las NNE, su relatividad, ya que éstas serán diferentes en función del contexto escolar y la respuesta educativa que éste ofrece al alumno. Como consecuencia de las características del entorno educativo y la respuesta que éste ofrezca, algunas NNE podrán reducirse, minimizarse, solventarse o por el contrario, acentuarse y agravarse.

Estos alumnos necesitarán más ayuda y apoyos diferentes a los precisados por el resto del alumnado para conseguir los mismos fines educativos.

Podemos definir las NNE como:

Un alumno con NNE quiere decir que presenta algún problema de aprendizaje a lo largo de su escolarización, que demanda una atención más específica y mayores recursos educativos. (Marchesi y Marti)

c) Factores de riesgo naturales:

- inundación.
- incendio.
- derrumbe.
- explosiones.

d) Otros factores:

- visibilidad
- tensión ambiental
- acceso a la información sobre el siniestro.

e) Factores de actuación durante el siniestro:

- del individuo: conductas adaptativas e inadaptativas.
- del personal encargado de su seguridad.

ANEXO II: PREVENCIÓN DE ACCIDENTES.

Con la última reforma educativa, LOGSE, se incluyen unos temas transversales dentro del PCC entre los que se encuentra la educación para la salud, con el fin de promocionarla entre los alumnos de forma que facilite comportamientos sanos, capacidad de decisión, elecciones personales desde la autonomía y el asentamiento de actitudes positivas duraderas para el cuidado de la salud. Los comienzos de éstos temas en la escuela eran programas de diagnóstico y preventivos, pero siendo sus actuaciones muy puntuales como vacunaciones, higiene bucodental, etc., En la actualidad se proponen programas de concienciación social dando importancia a la prevención y adopción de estilos de vida saludables y por el desarrollo de ambientes generadores de salud, refiriéndose tanto al ambiente social como al físico.

En los centros escolares, los accidentes que se producen son debidos fundamentalmente a dos tipos de causas, unas propias del propio alumnado y otras debidas al ambiente.

En cuanto a las causas propias del alumnado:

- ✍ Inmadurez de la edad, lo cual lleva implícito la escasa idea de peligro
- ✍ Tendencia al juego.
- ✍ Actividad física constante.
- ✍ Gran impulsividad
- ✍ Desconocimiento de la relación causa efecto.

Las causas de accidente escolar dependientes del ambiente

- ✍ Factores de riesgo ambientales en la escuela y su entorno.

Por tanto un centro escolar, debe plantear como objetivos de una educación para la salud, los siguientes:

- ✍ Descubrir y conocer y controlar el propio cuerpo, formando una imagen positiva, valorando identidad sexual, capacidad y limitaciones de acción y adquiriendo hábitos básicos de salud y bienestar.
- ✍ Observar y explorar el entorno inmediato con curiosidad y cuidado, identificando características y propiedades más significativas de los elementos que los conforma y sus relaciones: Prevención de accidentes y educación vial.
- ✍ Actuar de forma autónoma adquiriendo seguridad afectiva y emocional, desarrollando la capacidad de iniciativa y confianza en sí mismo

La acción educativa destinada a la prevención de accidentes será tratada siempre desde un punto de vista positivo, que lleve al alumno a valorar los riesgos en su justa medida, sin crear angustias, o miedos desmesurados.

La prevención de accidentes en educación infantil y en etapas posteriores van encaminadas a lograr en el niño:

- ✍ Conocer la importancia de los accidentes y sus principales causas.
- ✍ Detectar factores del entorno que puedan ocasionar accidentes.
- ✍ Conocer y aplicar medidas de seguridad elementales en los diversos lugares y entornos: calle, casa, colegio...
- ✍ Adquirir hábitos de reflexión sobre las propias capacidades y limitaciones a la hora de afrontar posibles riesgos.

Estos objetivos se llevarán a la práctica a través de contenidos del tipo:

El accidente, prevención y primeros auxilios.

Los medicamentos como medio para curar enfermedades, riesgo de su uso no adecuado.

Los elementos del botiquín y su utilidad.

Reconocimiento de las causas o elementos que pueden producir accidentes.

Evocación y relatos sobre experiencias de accidentes.

Producir un pequeño botiquín

Realización de lavado y curas en heridas sencillas.

Respeto y cuidado ante situaciones y objetos peligrosos del colegio, la casa,

Toma de conciencia de los riesgos y peligros que supone el manejo incontrolado de las medicinas

Rechazo hacia la ingestión de sustancias tóxicas.

En cuanto a las orientaciones metodológicas más adecuadas para llevar a cabo un buen aprendizaje en la prevención de accidentes tenemos:

Indagar las concepciones que posee el alumno sobre el concepto de peligro y el origen y causa de ello.

Las situaciones, ejemplos, datos, etc. que se ofrezcan al alumno deben ser significativos por la vinculación que permitan establecer con los elementos de su vida

cotidiana. Serán situaciones en las que se reflejen sus intereses, necesidades, inquietudes, afectos,...

Potenciar la exteriorización del pensamiento y facilitar la participación activa a nivel intelectual y físico del alumno. Por otro lado las propuestas de trabajo serán abiertas y reclaman la búsqueda personal de explicaciones, razonamientos, recursos, estrategias que permitan la elaboración de hipótesis, definiciones y conclusiones que cada individuo crea más adecuadas, así como poder efectuar su defensa coherentemente ante los demás.

Integrar las aportaciones infantiles en procesos de enseñanza-aprendizaje, tanto las formas de pensar de los alumnos como sus dudas, sus errores, hipótesis etc. , por consiguiente a partir de respuestas y conductas observadas en cada situación de aprendizaje se reajustarán a los objetivos y el diseño de las situaciones.

Contrastar opiniones entre el alumnado, ya que enriquece la dinámica intelectual puesto que exige la búsqueda de argumento.

Evaluar los resultados obtenidos del aprendizaje, integrados siempre en un proceso continuo particular de cada sujeto.

Estos serían a grandes rasgos los objetivos y la metodología empleada a la hora de abarcar este tema

Los primeros auxilios es un tema que hace relación a la educación para la salud, el cual queda recogido en las diferentes etapas educativas y por tanto debe ser abordado como parte de la educación de los alumnos. Con ello se pretende dar unas pautas generales de comportamiento ante posibles accidentes más usuales que se puedan dar en un centro escolar, estos serían: botiquín, contusión, cuerpo extraño en el ojo, cuerpo extraño en vía área: obstrucción parcial, obstrucción total. Electrocutión hemorragia nasal, ingestión de medicamentos, luxación y fractura, mordedura y arañazos de animales, pérdida dentaría, pérdida de un miembro, quemaduras, raspaduras y heridas, reanimación cardio-pulmonar, torceduras y esguinces.

BOTIQUIN.

Todo botiquín deberá contener:

Guantes	Compresas de gasa	Suero salino
Termómetro	Tiritas	Vinagre
Pinzas	Paño limpio	Bicarbonato
Tijeras	Bolsa de goma	Azúcar
Vendas	Analgésico	Sal
Gasa estéril	Antiséptico	Jabón
Esparadrapo		

El botiquín se situará en lugar accesible con una cruz roja.

Se hará cargo del mismo una persona responsable la cual revise periódicamente la fecha de caducidad, reposición.

1. RASPADURAS Y HERIDAS.

Lavarse las manos para limpiar las heridas

Dejar al descubierto la herida y la zona de alrededor, retirando ropa y todo lo que pueda obstaculizar.

Limpiar la herida con agua y jabón directamente desde el centro hasta tres centímetros

Si la herida es:

- poco importante: antiséptico y cubrir con una gasa.
- herida importante: cubrir con una gasa y acudir a un centro sanitario.
- herida punzante: acudir rápidamente a un centro sanitario.
- sangra mucho: comprimir con una gasa estéril y trasladar a un centro.

Lo que no se debe hacer:

Utilizar algodón para limpiar la herida.

Limpiar con agua oxigenada o alcohol.

Aplicar pomadas, polvos,...

Extraer cualquier objeto clavado, ya que puede estar haciendo tapón e impedir que sangre.

2. CONTUSION:

Comprimir la zona afectada con compresas de agua fría o bolsa de hielo, envuelto en una toalla.

Mantener en reposo.

Si la lesión es en la cabeza si aparece contusión, desorientación vómitos. pérdida de conocimiento, sangrado por la nariz u oído. trasladar al herido a un centro hospitalario.

En estos caso no se debe aplicar calor en la zona, ni sumergir la extremidad en agua caliente.

3.TORCEDURAS Y ESGUINCES.

Aplicar hielo o agua fría.

Inmovilizar

Traslado a un centro.

Lo que no de debe hacer:

Aplicar calor en la zona.

4 HEMORAGIA NASAL:

En este caso lo que se debe hacer es:

- Limpieza por exhalación brusca de aire, tapando la fosa que no sangra.
- Mantener la cabeza derecha y comprimir la fosa sangrante durante 10 minutos.
- Nunca de deberá echar hacia atrás la cabeza.
- Aplicar hielo a la nariz.

5. CUERPO EXTRAÑO EN EL OJO:

- 1-Si la sustancia es líquida lavar durante 10 minutos con abundante agua.
- 2-Explorar el ojo con buena iluminación
- 3-Separar el párpado del ojo, lo cual favorece el lagrimeo.
- 4- Mover el globo ocular.
- 5- Si el objeto se encuentra clavado en el ojo, traslado al hospital.

En estos casos lo que no se debe hacer es:

Restregar el ojo

Aplicar pomadas o colirios.

Intentar mover el cuerpo extraño si está incrustado.

6. LUXACION Y FRACTURA.

La luxación es la salida de un hueso de su articulación

La fractura es la rotura de un hueso.

En ambos casos las medidas a tomar son:

Inmovilizar el miembro lesionado, abarcando la articulación superior e inferior próximas a la fractura.

Si la fractura es abierta, colocar una gasa estéril sobre la herida.

traslado a un centro sanitario.

En estos casos lo que no se debe hacer es

Mover al accidentado.

Intentar manipular la fractura o luxación.

7. CUERPO EXTRAÑO EN VÍA AEREA: OBSTRUCCION PARCIAL.

Por aspiración o alojamiento de un cuerpo extraño (comidas, bolitas,...) en la garganta, aparecen síntomas de asfixia, pero puede toser, hablar o respirar, las medidas a tomar serán las siguientes:

- Estimular al niño para que tosa y así expulsar el cuerpo extraño.
- Si el cuerpo no es expulsado trasladarlo a un centro.

En estos casos lo que no se debe hacer es_

- Realizar alguna maniobra para que expulse el objeto.

- Hurgar a ciegas en la boca, ya que podemos introducir más profundamente el cuerpo extraño.

8. QUEMADURAS.

Verter agua fría, con la finalidad de disminuir el dolor.

Secar suavemente con una gasa estéril sin restregar.

Proteger la quemadura con una gasa empapada en suero salino para prevenir infecciones.

Trasladar a un centro sanitario.

No se debe hacer:
Intentar despegar la ropa enganchada.
Poner pomada o aceite.
Romper ampollas.
Utilizar algodón directamente.

9. PERDIDA DENTARIA.

Desplazamiento total de un diente. Si es un diente de leche, consultar con el dentista, pero si es un diente permanente:

Conservar con agua y sal o leche, o bien lo tendrá el niño bajo la lengua.
Consultar con el dentista en los treinta minutos siguientes.

Lo que no se debe hacer es tirar el diente.

10. INGESTION DE MEDICAMENTOS U OTROS PRODUCTOS TOXICOS.

- Identificar el producto
- Llamar al Instituto Nacional de Toxicología

Lo que no se debe hacer es:

- Provocar el vómito si está inconsciente.
- No administrar comida, bebida, o medicamentos.

11. ACCIDENTE GRAVE:

En caso de accidente grave las pautas generales serán:

Informarse acerca de las circunstancias del accidente.
Valorar si está consciente.
Comprobar si respira.
Comprobar si tiene pulso.
Inspeccionar al accidentado por si presenta hemorragia.
Averiguar si existen fracturas.
Solicitar ayuda a otros servicios sanitarios.

12. MORDEDURAS Y ARAÑAZOS DE ANIMALES.

Lavarse las manos con agua y jabón antes y después de curar la herida.
Limpiar la herida con suero fisiológico desde el centro a los laterales.
Secar bien y poner antiséptico con una gasa estéril
Proteger la herida con una gasa.
Control del animal causante (conducta agresiva, paradero del propietario,...) por parte del veterinario y seguir sus instrucciones.
Acudir a un centro asistencial para valorar profilaxis de tétanos y rabia, infecciones o necesidad de sutura.

En estos casos lo que no se debe hacer es:

Utilizar algodón para limpiar la herida.
Limpiar con agua oxigenada o alcohol.

Utilizar pomadas.

13. ELECTROCUCION:

Las medidas a tomar serán las siguientes:

Desconectar la corriente.

Separar al niño del contacto directo mediante un objeto aislante, tal como madera, si no se ha podido desconectar la corriente.

Colocarlo tendido en el suelo.

Comprobar si está consciente, dándole pequeñas palmadas en la cara.

Cubrir las quemaduras con un paño limpio.

Traslado a un centro sanitario.

En estos casos lo que no se debe hacer es:

Tocar al afectado mientras siga en contacto con el objeto que produce la descarga.

14. PERDIDA DE UN MIEMBRO.

En estos casos

Liar el miembro y la parte amputada con una gasa estéril y un paño limpio.

Colocar la parte amputada en una bolsa de plástico bien cerrada, y ésta a su vez en un recipiente con agua y hielo.

Traslado a un centro asistencial.

En caso de separación parcial o incompleta se inmovilizará la extremidad lesionada respetando toda unión por pequeña que sea.

Lo que no se debe hacer:

Seccionar los colgajos que unen las partes lesionadas.

Contactar la parte amputada con hielo.

Bibliografía:

Asociación Mexicana para la Ayuda Mental en Crisis A.C. *Primeros Auxilios generales para ayudar a niños en un evento traumático*. Artículo

Méndez Carrillo, F.X., Maciá Anton, D. *Modificación de conducta en niños y adolescentes. Libro de casos*. De. Pirámide 1991.

Miranda,P., Ramón Esparza,T. y colb. *Guía metodológica para la promoción y la seguridad y la prevención de accidentes en el medio escolar.Educación para la salud en educación infantil y primaria*. Edita Ministerio de Educación y Cultura.

