

MF0272_2:

Primeros auxilios

(60 horas)



CUALIFICACIÓN PROFESIONAL: Atención sociosanitaria a personas en situación de dependencia y/o con discapacidad en instituciones sociales

INTRODUCCIÓN

Los **primeros auxilios** son la ayuda inmediata, temporal y necesaria que se brinda a una persona enferma o lesionada antes de la llegada de asistencia médica profesional. Su objetivo principal es preservar la vida, evitar complicaciones, aliviar el dolor y promover la recuperación utilizando técnicas básicas como RCP y la conducta PAS.

ÍNDICE

- Módulo formativo 1: Introducción a los Primeros Auxilios
- Módulo formativo 2: Evaluación de la escena y del paciente
- Módulo formativo 3: Soporte Vital Básico (SVB) y RCP
- Módulo formativo 4: Obstrucción de la Vía Aérea
- Módulo formativo 5: Hemorragias y heridas
- Módulo formativo 6: Traumatismos y lesiones osteoarticulares
- Módulo formativo 7: Quemaduras, electrocución y lesiones térmicas
- Módulo formativo 8: Intoxicaciones y envenenamientos
- Módulo formativo 9: Alteraciones del estado de conciencia
- Módulo formativo 10: Actuaciones en emergencias específicas
- Módulo formativo 11: Primeros auxilios psicológicos
- Módulo formativo 12: Prácticas integradas y simulacros

CONTENIDOS

MÓDULO 1: Introducción a los Primeros Auxilios

Contenidos:

1. Definición de primeros auxilios

- Objetivos principales de los primeros auxilios
- Otros objetivos complementarios
- Resumen conceptual
- Diferencia entre primeros auxilios y atención sanitaria profesional
- Principios básicos de actuación: Proteger, Alertar y Socorrer (PAS)
- Eslabones clásicos de la cadena de supervivencia (adultos)
- La cadena como sistema: interdependencia de eslabones
- Aspectos legales: responsabilidad civil y penal del socorrista

2. Diferencias entre responsabilidad civil, penal y deontológica

- Marco legal de referencia (España y Europa)
- ¿Está obligado un ciudadano a intervenir?
- ¿Está protegido el ciudadano que actúa?
- Ejemplos prácticos
- Conclusión

3. Deontología: ética del interviniente y consentimiento informado

- Principios éticos fundamentales del socorrista
- El consentimiento informado en primeros auxilios
- Ética aplicada: cómo debe comportarse el interviniente
- Marco legal relacionado (España)
- Conclusión

MÓDULO 2: Evaluación de la escena y del paciente

Contenidos:

1. Seguridad personal y del entorno antes de intervenir

- Cómo evaluar la escena del accidente
- Evaluación primaria: ABC (Aire, Respiración, Circulación)
- Importancia del ABC en primeros auxilios
- Conclusión

2. Evaluación secundaria: chequeo completo del paciente

- Valoración del nivel de conciencia: escala AVPU y escala de Glasgow
- Toma de constantes vitales: pulso, respiración, tensión arterial y temperatura

3. Uso del protocolo SAMPLER para la recogida de información clínica

- ¿Qué es el protocolo SAMPLER?
- Desglose de cada elemento del SAMPLER
- ¿Cómo aplicar SAMPLER en la práctica?
- Ejemplo práctico de uso de SAMPLER
- Conclusión

MÓDULO 3: Soporte Vital Básico (SVB) y RCP

Contenidos:

1. Identificación de una parada cardiorrespiratoria (PCR)

- Maniobras de RCP (Reanimación Cardiopulmonar) en adultos, niños y lactantes
- Ventilación con barreras: tipos de dispositivos
- ¿Qué es la ventilación con barreras?
- Principales tipos de dispositivos de barrera
- ¿Cuándo utilizar una barrera para ventilación?
- Comparativa de dispositivos de ventilación con barrera
- Consejos para una ventilación segura y eficaz
- Conclusión

2. Práctica con maniqués: ritmo, profundidad y frecuencia de compresiones

- Objetivo de la práctica con maniqués
- Tipos de maniqués utilizados

- Compresiones torácicas: aspectos críticos
- Evaluación y retroalimentación durante la práctica
- Simulación de relevos en RCP
- Consejos para una RCP eficaz en prácticas
- Beneficios de practicar con maniqués
- Uso del Desfibrilador Externo Automático (DEA)
- ¿Qué es la desfibrilación?
- DEA y la Cadena de Supervivencia
- Partes del DEA
- Pasos para usar un DEA
- Consideraciones especiales
- Ventajas del DEA
- Estadísticas clave

3. Actuación en situaciones especiales: embarazadas, ahogamiento y trauma

MÓDULO 4: Obstrucción de la Vía Aérea

Contenidos:

1. Reconocimiento de signos de atragantamiento

- ¿Qué es el atragantamiento?
- Clasificación del atragantamiento
- Fisiopatología
- Signos y síntomas del atragantamiento
- Reconocimiento del atragantamiento en niños
- Evaluación rápida de sospecha de atragantamiento
- Diagnóstico diferencial
- Qué NO hacer
- Conclusión

2. Obstrucción parcial vs. total de la vía aérea

- Maniobra de Heimlich en diferentes edades
- Fundamento fisiológico
- ¿Qué hacer si la víctima pierde el conocimiento?
- Precauciones importantes
- Importancia del entrenamiento práctico

3. Variantes de la maniobra de desobstrucción según el estado del paciente: embarazadas, personas obesas e inconscientes

- Diferencias clave entre técnicas según el estado
- Puntos críticos a recordar
- Posiciones de seguridad y manejo de vómitos en primeros auxilios
- Fundamento fisiológico
- Objetivos del posicionamiento y manejo de vómitos
- Posiciones de seguridad más utilizadas
 - Posición Lateral de Seguridad (PLS)
 - Posición antideclive (posición inclinada hacia abajo)
 - Posición decúbito lateral con cabeza extendida

4. Manejo adecuado del vómito en primeros auxilios

MÓDULO 5: Hemorragias y heridas

Contenidos:

1. Tipos de hemorragias: arterial, venosa y capilar

- ¿Qué es una hemorragia?
- Comparación de los tipos de hemorragia
- Otras clasificaciones de hemorragias
- Indicadores de alarma ante cualquier hemorragia
- Métodos de control de hemorragias: presión directa, vendajes y torniquetes
- Comparación entre métodos
- Señales de que la hemorragia está controlada
- Errores comunes
- Técnicas de vendaje: compresivo, envolvente, cruzado
- Objetivos generales del vendaje
- Reglas básicas antes de realizar un vendaje
 - Vendaje compresivo
 - Vendaje envolvente (circular o espiral)
 - Vendaje cruzado o en ocho (8)
- Comparación entre técnicas
- Evaluación del vendaje

2. Tratamiento de heridas: punzantes, cortantes, contusas y avulsiones

- Principios generales en el tratamiento de heridas
- Cuándo Derivar A Servicios De Urgencia
- Signos De Infección A Vigilar
- Vacunación Antitétanica
- Manejo de cuerpos extraños y amputaciones
- Derivación médica urgente
- Medidas de higiene y prevención de infecciones
- ¿Por qué es importante prevenir infecciones?

3. Principios generales de prevención de infecciones

- Higiene de manos
- Uso de guantes
- Desinfección y antisepsia
- Mantenimiento de un entorno limpio
- Manejo de residuos
- Protección del interviniente
- Vacunación del personal de primeros auxilios
- Prevención de infecciones en heridas
- Conductas a evitar
- Conclusión

MÓDULO 6: Traumatismos y lesiones osteoarticulares

Contenidos:

1. Clasificación de traumatismos: craneoencefálico, torácico, abdominal y medular

- Generalidades sobre el manejo de traumatismos graves
- Identificación de fracturas, luxaciones y esguinces
- Técnicas de inmovilización de extremidades
- ¿Qué es la inmovilización?
- Objetivos de la inmovilización
- Principios generales de una buena inmovilización
- Materiales para inmovilización
- Inmovilización según localización
- Técnicas complementarias
- Evaluación antes y después de la inmovilización
- Errores frecuentes a evitar
- Inmovilización en entorno prehospitalario
- Técnicas de inmovilización de extremidades
 - Objetivos de la inmovilización
 - Principios generales de inmovilización
- Técnicas específicas según la zona afectada
 - Extremidad inferior (pierna, tobillo, pie)
 - Extremidad superior (brazo, antebrazo, muñeca, mano)
 - Fracturas abiertas
- Uso de férulas, inmovilizadores y elementos improvisados
 - ¿Qué es una férula?
 - Tipos de férulas
- Elementos improvisados de inmovilización
- Verificación post-inmovilización
- Errores frecuentes a evitar
- Conclusión

2. Procedimientos seguros de movilización y traslado del herido

- Objetivos del traslado seguro
- Principios generales de movilización
- Situaciones que requieren movilización inmediata
- Procedimientos previos a la movilización
- Técnicas básicas de movilización
- Posiciones de traslado según el tipo de lesión
- Medios de movilización
- Normas durante el traslado
- Errores comunes a evitar

3. Precauciones ante posible lesión de columna

- ¿Qué es una lesión de columna?
- Objetivos ante una sospecha de lesión medular
- Situaciones que pueden implicar una lesión de columna
- Signos de sospecha de lesión medular
- Principales precauciones ante sospecha de lesión de columna

- Prohibido hacer en caso de sospecha de lesión de columna
- Material básico recomendado
- Conclusión

MÓDULO 7: Quemaduras, electrocución y lesiones térmicas

Contenidos:

1. Tipos y grados de quemaduras: térmicas, químicas y eléctricas

- Objetivos ante una quemadura
- Clasificación de las quemaduras
- Tipos y grados de quemaduras: térmicas, químicas y eléctricas
- Objetivos ante una quemadura
- Clasificación de las quemaduras
- Grados de quemadura (según profundidad)

2. Valoración de la extensión: “Regla del 9”

- Primeros auxilios generales en quemaduras
- Qué no hacer
- Conclusión

3. Evaluación de la extensión de las quemaduras: Regla de Wallace y método de la palma del paciente

- ¿Qué es la superficie corporal total quemada (SCTQ)?
 - Regla de Wallace o “Regla del 9”
 - Método de la palma del paciente
- Importancia de calcular correctamente la SCTQ
 - Permite clasificar la gravedad
 - Determina la necesidad de traslado a unidades especializadas
- Conclusión

4. Actuación inicial ante una quemadura

- Objetivos de la intervención inicial
- Evaluación inicial del paciente quemado
- Pasos De Actuación Ante Una Quemadura
- Qué no hacer nunca ante una quemadura
- Conclusión

5. Lesiones por electrocución: riesgos y complicaciones

- ¿Qué es una electrocución?
- Tipos de corriente eléctrica
- Factores que influyen en la gravedad de la electrocución
- Efectos de la electricidad en el cuerpo humano
- Lesiones visibles e invisibles

6. Principales complicaciones de la electrocución

- Actuación inicial ante una electrocución
- Observación hospitalaria obligatoria
- Qué no hacer

7. Manejo de hipertermia, golpe de calor y congelación

- Hipertermia
- Congelación e hipotermia
- Comparativa: golpe de calor vs. hipotermia
- Conclusión

MÓDULO 8: Intoxicaciones y envenenamientos

Contenidos:

1. Tipos de Intoxicaciones: Alimentaria, Medicamentosa e Inhalación

- Intoxicación Alimentaria
- Intoxicación Medicamentosa
- Intoxicación por Inhalación
- Conclusión

2. Actuación ante Intoxicaciones por Productos Químicos Domésticos

- Productos químicos domésticos potencialmente tóxicos
- Vías de intoxicación
- Síntomas generales de intoxicación
- Actuación inmediata del primer interviniente
- Principio general: NO provocar el vómito salvo indicación médica.
- Antídotos y tratamientos hospitalarios comunes (a nivel informativo)
- Conclusión

3. Intoxicación por Alcohol y Drogas: Signos y Respuestas

- ¿Qué es una intoxicación por sustancias psicoactivas?
 1. Intoxicación por alcohol etílico
 2. Intoxicación por drogas
- Cuadro comparativo de actuación según tipo de sustancia
- Qué NO hacer ante una intoxicación por alcohol o drogas
- Conclusión

4. Mordeduras y Picaduras: Insectos, Serpientes y Animales Domésticos

- Picaduras de insectos
- Mordeduras de serpientes
- Mordeduras de animales domésticos (perros, gatos)
- Contacto con el Instituto Nacional de Toxicología y Asistencia Urgente

MÓDULO 9: Alteraciones del estado de conciencia

Contenidos:

1. Identificación y Causas de Síncope y Lipotimia

- ¿Qué es una lipotimia?
- ¿Qué es un síncope?
- Diferencias entre lipotimia y síncope
- Causas comunes de lipotimia y síncope
- Signos de alarma (síncope potencialmente grave)
- Actuación del primer interviniente
- Conclusión

2. Reconocimiento de Crisis Epilépticas y su Manejo

- ¿Qué es una crisis epiléptica?
- Clasificación de crisis epilépticas (según la ILAE)
- Cómo reconocer una crisis epiléptica tónico-clónica
- Qué hacer durante una crisis: Primeros auxilios
- Cuándo llamar a emergencias (112)
- Qué NO hacer
- Consideraciones especiales
- ¿Y la medicación?
- Conclusión

3. Actuación ante Hipoglucemia e Hiperglucemia

- ¿Qué es la hipoglucemia?
- ¿Qué es la hiperglucemia?
 - a. Comparativa: Hipoglucemia vs. Hiperglucemia
 - b. Papel del primer interviniente
 - c. Conclusión

4. Signos de Accidente Cerebrovascular (ACV) y Actuación Inicial

- ¿Qué es un accidente cerebrovascular?
- Signos y síntomas de un ACV
- ¿Cómo diferenciar un ACV de otros trastornos?
- Actuación del primer interviniente ante un ACV
- Importancia del tiempo: Ventana terapéutica
- ¿Qué NO hacer?
- Conclusión

5. Evaluación Neurológica Básica y Posicionamiento del Paciente

- Componentes de la evaluación neurológica básica
- Signos de alarma neurológicos
- Posicionamiento seguro del paciente con alteraciones neurológicas
- ¿Cuándo activar el 112?
- Conclusión

MÓDULO 10: Actuaciones en emergencias específicas

Contenidos:

1. Ahogamientos: Rescate Seguro y RCP tras Inmersión

- ¿Qué es el ahogamiento?
- Evaluación inicial tras la inmersión
- RCP tras inmersión (adaptación del protocolo básico)
- Consideraciones especiales en el ahogado
- Tras el RCP
- Prevención de ahogamientos
- Conclusión

2. Shock Anafiláctico: Identificación y Uso de Autoinyectores

- ¿Qué es el shock anafiláctico?
- Principales causas (alérgenos frecuentes)
- Signos y síntomas de anafilaxia
- Criterios clínicos de anafilaxia (según la WAO y EAACI)
- Actuación inmediata del primer interviniente
- Qué NO hacer
- Tras la estabilización
- Prevención y educación
- Conclusión

3. Parto de Urgencia: Asistencia Básica hasta la Llegada de Profesionales

- ¿Qué es un parto de urgencia?
- ¿Cuándo actuar?
- Fases del parto (resumen)
- Actuación básica paso a paso
- Situaciones que requieren atención médica urgente
- Qué NO hacer
- Material ideal para un parto de urgencia (kit básico)
- Conclusión

4. Crisis de Ansiedad y Ataques de Pánico: Acompañamiento y Contención

- ¿Qué es una crisis de ansiedad o ataque de pánico?
- Ataque de pánico (DSM-5)
- Síntomas frecuentes de un ataque de pánico
- Síntomas físicos
- Objetivos del primer interviniente
- Diferenciar crisis de ansiedad de problemas médicos graves
- Acompañamiento y contención paso a paso
- Cuándo pedir ayuda médica
- Cierre y seguimiento
- Recomendaciones para prevenir nuevas crisis
- Conclusión

5. Emergencias Múltiples: Triage Básico y Organización de la Atención

- ¿Qué se considera una emergencia múltiple?
- Objetivos de la atención en emergencias múltiples
- ¿Qué es el triaje?

- Principios del triaje
- Sistema de triaje básico (START)
- Aplicación práctica del triaje básico
- Organización de la atención en el lugar
- Papel del primer interviniente
- Consideraciones psicológicas
- Conclusión

MÓDULO 11: Primeros auxilios psicológicos

Contenidos:

1. Principios Básicos de Intervención Emocional

- Objetivos de la intervención emocional
- Fundamentos de la intervención emocional
- Reacciones emocionales más frecuentes en situaciones críticas
- Qué evitar en la intervención emocional
- Técnicas básicas de intervención emocional
- Comunicación efectiva en intervención emocional
- Casos especiales que requieren atención emocional prioritaria
- Conclusión

2. Comunicación Efectiva con Víctimas y Familiares

- Objetivos de la comunicación efectiva
- Principios fundamentales de la comunicación
- Comunicación con víctimas
- Comunicación con familiares
- Ejemplos de frases útiles
- Factores que facilitan la comunicación
- Factores que dificultan la comunicación
- Reacciones difíciles: cómo gestionarlas
- Conclusión

3. Manejo de Crisis en Menores y Personas Vulnerables

- ¿Qué entendemos por personas vulnerables?
- Objetivos en el manejo de crisis con personas vulnerables
- Manejo de crisis en menores

4. Manejo de crisis en personas mayores

- Manejo de crisis en personas con discapacidad
- Señales de alarma en personas vulnerables
- Comunicación con familiares y cuidadores
- Conclusión

5. Técnicas de Estabilización Emocional y Primeros Auxilios Psicológicos (PAP)

- Objetivos de los PAP
- Fundamentos de los Primeros Auxilios Psicológicos

- Componentes clave de los PAP
- Técnicas de estabilización emocional
- Qué evitar al aplicar PAP
- Adaptación de los PAP a poblaciones específicas
- Derivación posterior
- Conclusión

6. Autocuidado del Interviniente y Prevención del Estrés Postraumático

- Introducción
- Objetivos del autocuidado
- ¿Qué es el estrés postraumático?
- Factores de riesgo para el interviniente
- Diferencia entre estrés agudo y estrés crónico
- Estrategias de autocuidado para el interviniente

7. Técnicas de estabilización y prevención del trauma

- Apoyo entre compañeros: el "autocuidado colectivo"
- Señales de alerta que indican necesidad de atención profesional
- Conclusión

MÓDULO 12: Prácticas integradas y simulacros

Contenidos:

1. Simulaciones de Casos Reales: Accidentes, Traumas, RCP y Múltiples Víctimas

- Introducción
- Objetivos de las simulaciones
- Componentes clave de una simulación eficaz
- Tipos de simulaciones por tipo de emergencia
- Evaluación tras la simulación: el “debriefing”
- Elementos del debriefing
- Beneficios de las simulaciones realistas
- Conclusión

2. Ejercicios de Respuesta Individual y en Equipo en Situaciones de Emergencia

- Introducción
- Objetivos de los ejercicios de respuesta
- Ejercicios de respuesta individual
- Evaluación individual
- Ejercicios de respuesta en equipo
- Claves del trabajo en equipo durante emergencias
- Errores frecuentes detectados en ejercicios grupales
- Beneficios de los ejercicios prácticos
- Recomendaciones para la implementación de ejercicios de respuesta
- Conclusión

3. Prácticas Supervisadas con Material Específico (DEA, Férulas, Camillas)

- Introducción

- Objetivos de las prácticas supervisadas
- Equipos y materiales clave en la práctica
- Rol del formador durante la práctica supervisada
- Escenarios prácticos integrados
- Evaluación de competencias
- Conclusión