



PROGRAMA EDUCATIVO

Aprendiendo juntos a salvar vidas



Fundación MAPFRE avala que en estos materiales destinados con fines educativos se respeta el lenguaje inclusivo.

Este material ha sido realizado con la colaboración del Consejo Español de Resucitación Cardiopulmonar (CERCP) y el Consejo General de la Educación Física y Deportiva (Consejo COLEF).



CONSEJO COLEF
CONSEJO GENERAL
DE LA EDUCACIÓN FÍSICA
Y DEPORTIVA

Coordinación por parte de Fundación MAPFRE:

Ana M^a Gómez Gandoy

Raquel Manjón Cembellín

Coordinador científico:

Dr. Julián Gutiérrez Rodríguez. Médico Adjunto del Servicio de Medicina Intensiva del Hospital Universitario 12 de Octubre de Madrid. Responsable del Programa de formación en RCP del Hospital Universitario 12 de Octubre.

Comité científico:

Dr. Frutos del Nogal Saez. Médico intensivista. Presidente del Consejo Español de Resucitación Cardiopulmonar (CERCP).

Dr. Jesús López-Herce Cid. Jefe del Servicio de Cuidados Intensivos Pediátricos del Hospital General Universitario Gregorio Marañón de Madrid. Profesor titular del Departamento de Salud Pública y Maternoinfantil. Facultad de Medicina de la Universidad Complutense de Madrid. Miembro del grupo de trabajo de RCP Pediátrica del Consejo Español de Reanimación Cardiopulmonar (CERCP).

Dr. Carlos Urkia Mieres. Médico de Cruz Roja. Secretario Ejecutivo del Consejo Español de Resucitación Cardiopulmonar (CERCP).

Dr. Gonzalo Zeballos Sarrato. Médico Adjunto del Servicio de Neonatología del Hospital General Universitario Gregorio Marañón. Miembro del grupo de trabajo de RCP Pediátrica del Consejo Español de Reanimación Cardiopulmonar (CERCP).

Dr. Juan Valenciano Rodríguez. Médico de emergencias del Servicio de Urgencia Médica de la Comunidad de Madrid (SUMMA 112). Coordinador de la Comisión de Parada Cardiorrespiratoria del SUMMA 112.

Dra. Carmen H. de Larramendi. Médica, Farmacéutica y Bióloga por la Universidad Complutense de Madrid. Asesora externa del Área de Promoción de la Salud de Fundación MAPFRE.

Dr. Dario Toral Vázquez. Médico Adjunto del Servicio de Medicina Intensiva del Hospital Universitario 12 de Octubre. Madrid.

Dña. M^a Esther Gorjón Peramato. Vicepresidenta 3^a y Vocal Nacional de Enfermería de la Sociedad Española de Medicina de Urgencias y Emergencias (SEMES). Enfermera de Emergencias del Servicio de Urgencia Médica de la Comunidad de Madrid (SUMMA 112).

Dña. Mónica Aznar Cebamanos. Licenciada en Educación Física. Vicepresidenta del Consejo General de la Educación Física y Deportiva de España (Consejo COLEF).

Dña. Sonia Herce Azanza. Licenciada en Educación Física. Secretaria General del Consejo General de la Educación Física y Deportiva de España (Consejo COLEF).

Coordinación editorial de Creativa360: Víctor García Blasi.

Diseño, maquetación e ilustraciones: Mar Nieto .

Fotografías: Wip-studio. Stock.adobe.com.

© FUNDACIÓN MAPFRE, 2019

Paseo de Recoletos, 23 28004 Madrid (España)

www.fundacionmapfre.com

Aprendiendo juntos a salvar vidas. Programa educativo sobre RCP.

Depósito legal: M-33056-2019.

Impreso en la UE / Printed in EU.

PROGRAMA EDUCATIVO SOBRE RCP

Índice

PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA APRENDIENDO JUNTOS A SALVAR VIDAS	5
METODOLOGÍA ¿CÓMO ENSEÑAR RCP EN EL AULA?	6
Introducción y objetivos	6
Metodología IVAC	6
Gamificación	8
Competencias a desarrollar	8
ESTRUCTURA DEL PROGRAMA PASO A PASO	10
1. Formación del profesorado	10
2. Formación del alumnado	10
Materiales educativos	10

PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA

APRENDIENDO JUNTOS A SALVAR VIDAS

A pesar de lo que podamos creer, las muertes causadas por paradas cardíacas fuera del ámbito hospitalario superan las muertes por accidente de tráfico. Sin embargo, tenemos mucha más conciencia sobre estas últimas que sobre las primeras. En Europa, es una de las principales causas de mortalidad, y solamente en España se producen unos 30.000 casos al año. Asimismo, según el Instituto Nacional de Estadística más de 2.300 personas fallecieron en 2017 por atragantamiento, situándose como la tercera causa de muerte no natural en España. Y en la mayoría de los casos presenciados por familiares o amigos/as que desconocen las maniobras de actuación.

Se tratan de emergencias tiempo – dependientes, donde por cada minuto de demora en el inicio de la actuación se disminuye en torno a un 7-10% la probabilidad de supervivencia, de modo que, a partir de los 10 minutos sin asistencia, la probabilidad de sobrevivir es prácticamente nula.

El estudio “Conocimiento de la sociedad española en maniobras básicas de soporte vital y actitud ante las emergencias” (2018) realizado por la Fundación MAPFRE y la Sociedad Española de Medicina de Urgencias y Emergencias Sanitarias (SEMES) muestra que en España solamente 4 de cada 10 personas se siente capacitada para actuar ante una parada cardiorrespiratoria, y el 75% de las personas encuestadas considera insuficiente la formación que poseen en relación con los primeros auxilios. Asimismo, solo un 6% reconoce haber recibido formación en materia de primeros auxilios en el colegio o instituto, y un 90% opina que debería ser obligatoria la enseñanza en maniobras de soporte vital y primeros auxilios.

Varios estudios y la experiencia de otros países, han demostrado que la enseñanza de técnicas a seguir ante una situación de parada cardiorrespiratoria y la utilización del desfibrilador en lugares públicos, mejora notablemente la probabilidad de supervivencia de la víctima, antes de que llegue la ayuda sanitaria.

Por este motivo, desde la Fundación MAPFRE y el Consejo Español de Reanimación Cardiopulmonar (CERCP), en colaboración con el Consejo General de la Educación Física y Deportiva (Consejo COLEF), hemos desarrollado el programa educativo **Aprendiendo juntos a salvar vidas** enfocado en la formación de la Reanimación Cardiopulmonar tanto para el alumnado como para el profesorado. Este programa está pensado para ser llevado a cabo en alumnos y alumnas entre los 10 y los 17 años. Ha sido diseñado para poder incorporarlo al currículum y abordar la temática desde un enfoque transversal y competencial que permita al alumnado, no solamente adquirir conocimientos específicos sobre las técnicas, sino también desarrollar competencias, valores y habilidades que faciliten su integración en la sociedad.

Formar a edades tempranas es la mejor manera de gestar una sociedad sensibilizada y preparada para afrontar una situación de emergencia con parada cardiorrespiratoria. De este modo, proponemos trabajar a partir de metodologías activas, situando al alumnado en el centro del aprendizaje, y que le permita aprender mientras hace de una manera lúdica. Para ello, este programa ha sido diseñado para ofrecerte diferentes estrategias, herramientas y conocimientos para acompañar al alumnado durante el proceso de aprendizaje y convertirte a ti, a tus alumnos y alumnas, y en general a toda la comunidad educativa, en potenciales salvadores y salvadoras de vidas.

**Enseñar está en nuestras manos; aprender está en las vuestras;
y salvar vidas en la de todos y todas.**

METODOLOGÍA

¿CÓMO ENSEÑAR RCP EN EL AULA?

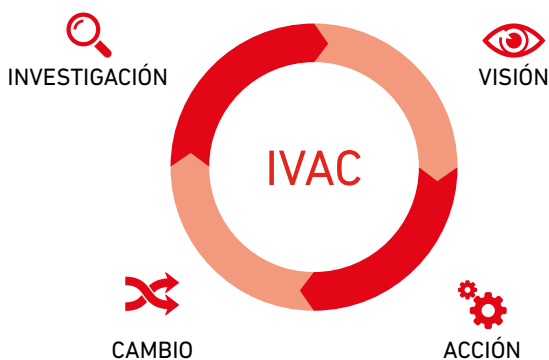
Introducción y objetivos

Como ya hemos dicho, la reanimación cardiopulmonar y los primeros auxilios son una asignatura pendiente en nuestra sociedad. Por ello este programa educativo ha sido diseñado para alcanzar los siguientes **objetivos**:

- Concienciar al alumnado sobre la importancia de actuar rápida y correctamente ante una situación de parada cardiorrespiratoria y sensibilizar a sus familias a través de los materiales suministrados.
- Ofrecerte formación sobre reanimación cardiopulmonar (RCP) y atragantamientos para que sepas cómo actuar ante una situación de parada cardiorrespiratoria, y que esta formación te sirva para posteriormente formar a tus alumnos y alumnas.
- Ofrecer al alumnado los conocimientos indispensables para poder actuar inmediatamente en diferentes situaciones que impliquen una parada cardiorrespiratoria.

Para conseguir dichos objetivos, hemos desarrollado un programa donde el eje principal es la **participación activa** para garantizar la experiencia como herramienta de retención y aprendizaje.

Aprendiendo juntos a salvar vidas, se basa, por un lado, en la metodología pedagógica de **Investigación-Visión-Acción-Cambio (IVAC)**; y por otro lado, en la **gamificación**, que trata de trasladar la mecánica de los juegos al ámbito educativo. De esta manera, se consigue poner al alumnado en el centro del aprendizaje, siendo parte activa, mientras trabaja competencias individuales y de equipo, y adquiere conocimientos que le pueden resultar vitales en situaciones de emergencia. Todas las actividades propuestas se han diseñado a partir de metodologías activas para convertirle en el protagonista su propio aprendizaje.



Por último, una vez adquiridos los conocimientos, proponemos que el alumno aplique todo lo aprendido utilizando un maniquí, ya sea consiguiendo uno o creando el suyo propio. De esta manera, podrán cerrar el círculo de aprendizaje llevando a la práctica todo aquello que han aprendido.

Metodología IVAC

La metodología Investigación-Visión-Acción-Cambio (IVAC) ha sido desarrollada por Danish University of Education para educar en el ámbito de la salud. Propone una estrategia interdisciplinar orientada al cambio de percepción sobre la importancia de formarse en reanimación cardiopulmonar. A partir de la participación activa busca que el alumnado reflexione y proponga acciones para el cambio. El modelo está estructurado en cuatro fases:

Investigación

Motivar a los alumnos y las alumnas y orientarles a investigar todo lo que se les pase por la cabeza relacionada con la parada cardiorrespiratoria. Por ejemplo: impacto en la sociedad, prevención, asistencia médica, etc.

Visión

Acompañar al alumnado en la visualización de distintos escenarios de parada cardiorrespiratoria y en reflexionar y generar pensamiento crítico de cómo se podría prevenir y actuar.

Acción

Planificar qué acciones se podrían llevar a cabo para impulsar cambios reales, como la formación en RCP y atragantamientos.

Cambio

Una vez que se han informado, reflexionado y sensibilizado sobre la parada cardiorrespiratoria, es el momento de llevar a cabo los cambios propuestos, la formación.

A pesar de ser un modelo concebido para ser desarrollado en 4 fases, se trata de un programa flexible. Puede suceder que al empezar a investigar surjan ideas de acciones que se puedan llevar a cabo. Por ello, se debe ver el método de manera flexible, circular, dejando trabajar al alumnado. Es importante encontrar el equilibrio entre animar y guiar cuando lo necesitan y dejar espacio para que puedan explorar, reflexionar y trabajar a su ritmo y de manera autónoma.



INVESTIGACIÓN

¿Qué sabemos sobre la parada cardiorrespiratoria?

¿Por qué es importante para nosotros?

¿Qué causa la parada cardiorrespiratoria?

¿Qué le pasa a una persona que está en parada cardiorrespiratoria?

¿Cómo actuaríamos si nos encontráramos con una persona en parada cardiorrespiratoria?

Investigar sobre la temática para poder formarse una visión general sobre la temática.



VISIÓN

¿Cómo podemos contribuir a solucionar el problema?

¿Qué sociedad queremos ser?

El alumnado expone sus puntos de vista de cómo podría cambiar para salvar a personas en parada cardiorrespiratoria.



ACCIÓN Y CAMBIO

¿Qué podemos hacer para no quedarnos parados ante una víctima en parada cardiorrespiratoria?

¿Cómo debemos actuar ante una situación de emergencia?

El alumnado propone cambios para solucionar el problema y toma conciencia que formarse para afrontar una situación de emergencia es la mejor manera local de actuar ante el problema.

Los beneficios de la metodología IVAC

Resultados	Empoderamiento	Aprendizaje integral	Desarrollo competencial
La metodología IVAC mejora la adquisición de conocimientos.	El conocimiento orientado a la acción empodera al alumnado, ya que le capacita para poner en práctica lo aprendido.	La metodología IVAC tiene un carácter multidisciplinar, en el que las diferentes ramas del conocimiento son tratadas de manera integral.	Potencia las competencias del alumnado, haciendo énfasis en las habilidades comunicativas y de pensamiento crítico.

Gamificación

Por otro lado, te proponemos la gamificación como técnica de aprendizaje. Hemos preparado un escape room con distintos escenarios de la parada cardiorrespiratoria, donde el alumno deberá resolver las pistas para encontrar la manera correcta de afrontar cada situación. Se trata de trasladar la mecánica de los juegos al ámbito educativo, creando dinámicas a partir de técnicas

utilizadas en los juegos para crear una experiencia vivencial donde el alumnado aprenda jugando. Se ha demostrado que presentar el contenido de manera lúdica hace que el alumnado esté más motivado y retenga más información.

Beneficios metodología de gamificación

Resultados	Motivación	Aprendizaje significativo	Desarrollo competencial
Facilita la interiorización de conocimientos al convertirse el alumnado en un agente activo en la construcción de su aprendizaje.	Activa el compromiso y la motivación por el aprendizaje.	Afianza conocimientos: el aprendizaje se vuelve más significativo permitiendo mayor retención en la memoria al ser más atractivo.	Se desarrollan competencias clave como el trabajo en equipo, la toma de decisiones, la habilidad para solucionar problemas de forma cooperativa y la creatividad.

Competencias a desarrollar

El programa **Aprendiendo juntos a salvar vidas** favorece el desarrollo competencial del alumnado contribuyendo de forma específica en el desarrollo de las siguientes competencias:

- Aprender a aprender
- Sentido de la iniciativa y del sentido emprendedor
- Sociales y cívicas
- Comunicación lingüística
- Competencia matemática y científica

Además las metodologías activas contribuyen de forma directa al desarrollo de habilidades transversales, como son:

Pensamiento crítico

Ser capaz de reflexionar sobre la sociedad y sus problemáticas haciendo hincapié a potenciales acciones que puedan provocar cambios tanto a corto como a largo plazo.

Creatividad

Encontrar la manera de ejecutar la acción deseada sea cual sea el contexto.

Capacidad de iniciativa

Tener la confianza para desarrollar habilidades para desbloquear una situación tanto a nivel individual como colectivo.

Resolución de problemas

Detectar las características de una situación para interpretarlas y encontrar el origen y solución del problema.

Evaluación del riesgo

Saber evaluar las consecuencias antes de emprender una acción en cada paso del proceso teniendo en cuenta todo el conocimiento adquirido.

Toma de decisiones

Reflexionar sobre todas las posibilidades de forma proactiva y llevar a cabo la decisión de manera íntegra (sin dudas).

Gestión constructiva de los sentimientos

Ante una situación de emergencia tener herramientas para no bloquearse y canalizar la energía a encontrar soluciones.

De manera específica, vamos a ver qué competencias clave se trabajan:

Comunicación lingüística	<p>Desarrollar la capacidad de comprensión de una nueva temática.</p> <p>Saber buscar, recopilar y procesar nueva información.</p> <p>Establecer un diálogo constructivo y respetuoso.</p> <p>Expresar ideas de manera ordenada.</p> <p>Defender una idea de manera respetuosa, constructiva y razonada con argumentos.</p>
Científica	<p>Conocer el funcionamiento de qué le pasa a nuestro cuerpo durante una parada cardiorrespiratoria.</p> <p>Tomar conciencia de cómo prevenir factores de riesgo.</p> <p>Comprender qué efectos provoca la reanimación para el cuerpo.</p>
Aprender a aprender	<p>Procesar la información teórica y saber llevarla a la práctica.</p> <p>Adaptar la argumentación a medida que se adquiere nueva información.</p> <p>Saber superar las barreras.</p> <p>Estar motivado ante aprender sobre una nueva temática.</p> <p>La creatividad como actuación autónoma, como iniciativa y como búsqueda de soluciones diversas.</p>
Sociales y cívicas	<p>Tomar conciencia de problemáticas que afectan a la sociedad.</p> <p>Valorar el trabajo en equipo como herramienta de cohesión de la comunidad.</p> <p>Respetar las opiniones de los compañeros y las compañeras.</p> <p>Cooperar con los compañeros y las compañeras para resolver los problemas de manera eficaz.</p>
Iniciativa y espíritu emprendedor	<p>Tomar la iniciativa en situaciones de emergencia.</p> <p>Saber actuar en base a todos aquellos conocimientos adquiridos.</p> <p>Tener confianza en uno mismo o una misma para tomar decisiones sin bloquearse.</p> <p>Saber evaluar una situación y sus riesgos.</p>

Estructura del programa paso a paso

El programa educativo Aprendiendo juntos a salvar vidas, se compone de dos partes claramente identificables:

1. Formación del profesorado

En primer lugar, te proponemos una formación teórica, para ello te ofrecemos la **guía docente “¿Qué hay que saber de la RCP?”** donde se explican los conceptos y técnicas básicas para saber actuar ante diferentes situaciones de parada cardiorrespiratoria. Y posteriormente, con la correcta adquisición de estos conocimientos, puedas transmitirlos a tu alumnado y guiarles en el proceso de aprendizaje.

Asimismo, si deseas ampliar conocimientos o consultar dudas sobre esta temática ponemos a tu disposición la **guía de consulta: “El colegio enseña RCP”**. Por último, desde Fundación MAPFRE ofertamos el curso online para profesores en Urgencias y Emergencias sanitarias, que puedes consultar en nuestra web.

2. Formación del alumnado

Para implantar este programa educativo en las aulas, hemos creado la **guía práctica “El programa paso a paso”**, donde se explican las tres sesiones a desarrollar en clase con el alumnado:

1º Sesión

¿Qué sabemos de la parada cardiorrespiratoria?

En esta sesión se presenta a los alumnos y alumnas una serie de situaciones comunes para que se conciencien sobre la importancia de saber actuar rápida y correctamente ante una situación de parada cardiorrespiratoria y se les introduce los conceptos clave.

2º Sesión

Practicar lo aprendido

Una vez se les ha introducido los conceptos clave y han asimilado la importancia de saber actuar, se llevará a cabo una sesión práctica donde realizarán las técnicas de RCP. Esta sesión tiene dos partes: visualización de un vídeo formativo en RCP para adolescentes donde se explica de manera clara y concisa el procedimiento a seguir ante una parada cardiorrespiratoria; y puesta en práctica de las técnicas de RCP sobre un maniquí al ritmo de la música con un [listado en Spotify](#). Para ello será necesario realizar una sesión previa para conseguir un maniquí, ya sea a través del préstamo de uno o construyendo uno propio casero.

3º sesión

Escape room: escenarios de emergencia

Para que el alumnado ponga en práctica todo lo aprendido, hemos diseñado un escape room con diferentes escenarios de emergencia donde tienen que establecer la actuación adecuada en cada situación planteada y así conseguir salvar una vida.

Asimismo, para la última sesión se distribuirá un cuestionario de evaluación final.

Materiales educativos

Para poder preparar y seguir el programa hemos preparado distintos materiales educativos que te pueden servir de soporte y puedes descargar gratuitamente desde la web de Fundación MAPFRE en el apartado de [Aprendiendo juntos a salvar vidas](#)

Infografías

Puedes descargar las infografías para proyectarlas en la pizarra digital, imprimirlas para colgarlas en el aula o repartirlas entre el alumnado:

- Cadena de supervivencia.
- Reanimación Cardiopulmonar Básica.
- Posición Lateral de Seguridad.
- Atragantamientos.
- Tabla resumen RCP Básica.

Vídeos formativos

Asimismo, hemos desarrollado dos vídeos formativos sobre RCP:

- **Vídeo adolescentes:** Este vídeo está destinado al alumnado para que vean la secuencia de RCP.



- **Vídeo adulto - niño:** Este vídeo está enfocado al profesorado para que aprendan la actuación de RCP en un niño o niña.



Material para las sesiones

Para desarrollar las sesiones proporcionamos los siguientes materiales que puedes descargar:

- Sesión 1: fichas didácticas profesorado y alumnado.
- Sesión 2: listado canciones RCP en [Spotify](#)
- Sesión 3: retos, pistas y múltiples materiales de apoyo para desarrollar el escape room.

Fundación **MAPFRE**



Con la colaboración de:



CONSEJO COLEF
CONSEJO GENERAL
DE LA EDUCACIÓN FÍSICA
Y DEPORTIVA