



PROGRAMA EDUCATIU

Aprenent junts a salvar vides



Fundación MAPFRE avala que en aquests materials destinats amb finalitats educatives es respecta el llenguatge inclusiu.

Aquest material ha estat realitzat amb la col·laboració del Consejo Español de Resucitación Cardiopulmonar (CERCP) i el Consejo General de la Educación Física y Deportiva (Consejo COLEF).



CONSEJO COLEF
CONSEJO GENERAL
DE LA EDUCACIÓN FÍSICA
Y DEPORTIVA

Coordinació per part de Fundación MAPFRE:

Ana M^a Gómez Gandoy

Raquel Manjón Cembellín

Coordinador científic:

Dr. Julián Gutiérrez Rodríguez. Metge adjunt del Servei de Medicina Intensiva de l'Hospital Universitari 12 de Octubre de Madrid. Responsable del Programa de formació en RCP de l'Hospital Universitari 12 de Octubre.

Comitè científic:

Dr. Frutos del Nogal Saez. Metge intensivista. President del Consejo Español de Resucitación Cardiopulmonar (CERCP).

Dr. Jesús López-Herce Cid. Cap del Servei de Vigilància Intensiva Pediàtrica de l'Hospital General Universitari Gregorio Marañón de Madrid. Professor titular del Departament de Salut Pública i Maternoinfantil. Facultat de Medicina de la Universitat Complutense de Madrid. Membre del grup de treball d'RCP Pediàtrica del Consejo Español de Reanimación Cardiopulmonar (CERCP).

Dr. Carlos Urkia Mieres. Metge de Creu Roja. Secretari executiu del Consejo Español de Resucitación Cardiopulmonar (CERCP).

Dr. Gonzalo Zeballos Sarrato. Metge adjunt del Servei de Neonatologia de l'Hospital General Universitari Gregorio Marañón. Membre del grup de treball d'RCP Pediàtrica del Consejo Español de Reanimación Cardiopulmonar (CERCP).

Dr. Juan Valenciano Rodríguez. Metge d'emergències del Servei d'Urgència Mèdica de la Comunitat de Madrid (SUMMA 112). Coordinador de la Comissió d'Aturada Cardiorespiratòria del SUMMA 112.

Dra. Carmen H. de Larramendi. Metgessa, farmacèutica i biòloga per la Universitat Complutense de Madrid. Assessora externa de l'Àrea de Promoció de la Salut de Fundación MAPFRE.

Dr. Dario Toral Vázquez. Metge adjunt del Servei de Medicina Intensiva de l'Hospital Universitari 12 de Octubre. Madrid.

Sra. M.^a Esther Gorjón Peramato. Vicepresidenta 3a i vocal nacional d'Infermeria de la Sociedad Española de Medicina de Urgencias y Emergencias (SEMES). Infermera d'emergències del Servei d'Urgència Mèdica de la Comunitat de Madrid (SUMMA 112).

Sra. Mónica Aznar Cebamanos. Llicenciada en educació física. Vicepresidenta del Consejo General de la Educación Física y Deportiva de España (Consejo COLEF).

Sra. Sonia Herce Azanza. Llicenciada en educació física. Secretària general del Consejo General de la Educación Física y Deportiva de España (Consejo COLEF).

Coordinació editorial de Creativa360: Víctor García Blasi.

Disseny, maquetació i il·lustracions: Mar Nieto .

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

© FUNDACIÓN MAPFRE, 2019

Paseo de Recoletos, 23 28004 Madrid (Espanya)

www.fundacionmapfre.com

Aprenent junts a salvar vides. Programa educatiu sobre RCP.

Dipòsit legal: M-33056-2019.

Imprès a la UE / Printed in EU.

PROGRAMA EDUCATIU SOBRE RCP

Índex

| | |
|--|-----------|
| PRESENTACIÓ DEL PROGRAMA "APRENET JUNTS A SALVAR VIDES" | 5 |
| METODOLOGIA: COM ENSENYAR L'RCP A L'AULA? | 6 |
| Introducció i objectius | 6 |
| Metodologia IVAC | 6 |
| Ludificació | 8 |
| Competències que es desenvoluparan | 8 |
| ESTRUCTURA DEL PROGRAMA PAS A PAS | 10 |
| 1. Formació del professorat | 10 |
| 2. Formació de l'alumnat | 10 |
| Materials educatius | 10 |

PRESENTACIÓ DEL PROGRAMA APRENET JUNTS A SALVAR VIDES

Tot i el que puguem creure, les morts causades per aturades cardíaques fora de l'àmbit hospitalari superen les morts per accident de trànsit. No obstant això, tenim molta més consciència sobre aquestes últimes que no pas sobre les primeres. A Europa, és una de les principals causes de mortalitat, i només a Espanya se'n produeixen cap a 30.000 casos a l'any. De la mateixa manera, segons l'Institut Nacional d'Estadística, el 2017 més de 2.300 persones van morir per ennuegament, cosa que la situa com la tercera causa de mort no natural a Espanya. I, la majoria dels casos, ofecs presenciats per familiars o amistsats que no saben fer les maniobres d'actuació.

Són emergències que depenen del temps, on per cada minut de demora en l'inici de l'actuació es disminueix entre un 7 i un 10% la probabilitat de supervivència, de manera que, a partir dels 10 minuts sense assistència, la probabilitat de sobreviure és pràcticament nul·la.

L'estudi "Coneixement de la societat espanyola en maniobres bàsiques de suport vital i actitud davant les emergències" (2018) fet per Fundació MAPFRE i la Societat Espanyola de Medicina d'Urgències i Emergències Sanitàries (SEMES) mostra que a Espanya només 4 de cada 10 persones se sent capacitada per actuar davant d'una aturada cardiorespiratòria, i el 75% de les persones enquestades considera insuficient la formació que tenen en relació amb els primers auxilis. Així mateix, només un 6% reconeix que ha rebut formació en matèria de primers auxilis a l'escola o l'institut, i un 90% opina que hauria de ser obligatori l'ensenyament de maniobres de suport vital i primers auxilis.

Diversos estudis i l'experiència d'altres països han demostrat que l'ensenyament de les tècniques que cal seguir davant d'una situació d'aturada cardiorespiratòria i la utilització del desfibril·lador en llocs públics millora notablement la probabilitat de supervivència de la víctima, abans que arribi l'ajuda sanitària.

Per aquest motiu, des de Fundació MAPFRE i el Consejo Español de Reanimación Cardiopulmonar (CERCP), en col·laboració amb el Consejo General de la Educación Física y Deportiva (Consejo COLEF), hem desenvolupat el programa educatiu **Aprenent junts a salvar vides** enfocat en la formació de la Reanimació Cardiopulmonar tant per a l'alumnat com per al professorat. Aquest programa està pensat perquè es pugui fer amb alumnat d'entre 10 i 17 anys. S'ha dissenyat per poder incorporar-ho al currículum i abordar la temàtica des d'un enfocament transversal i competencial que permeti, a l'alumnat, no només adquirir coneixements específics sobre les tècniques, sinó també desenvolupar competències, valors i habilitats que facilitin la seva integració en la societat.

Formar la població des de ben d'hora és la millor manera de gestar una societat sensibilitzada i preparada per afrontar una situació d'emergència amb una aturada cardiorespiratòria. D'aquesta manera, proposem treballar a partir de metodologies actives, situant l'alumnat al centre de l'aprenentatge, fet que li permetrà aprendre d'una manera lúdica. Per a això, aquest programa ha estat dissenyat per oferir-te diferents estratègies, eines i coneixements per acompanyar l'alumnat durant el procés d'aprenentatge i convertir-te tant a tu com a ells i elles, i en general a tota la comunitat educativa, en potencials salvadors i salvadores de vides.

**Ensenyar és a les nostres mans; aprendre és a les vostres;
i salvar vides, a la de tots i totes.**

METODOLOGIA COM ENSENYAR RCP A L'AULA?

Introducció i objectius

Com ja hem dit, la reanimació cardiopulmonar i els primers auxilis són una assignatura pendent en la nostra societat. Per això, aquest programa educatiu ha estat dissenyat per aconseguir els **objectius** següents:

- Conscienciar l'alumnat sobre la importància d'actuar ràpidament i correctament davant d'una situació d'aturada cardiorespiratòria i sensibilitzar les seves famílies a través dels materials subministrats.
- Oferir-te formació sobre reanimació cardiopulmonar (RCP) i ennuegaments perquè sàpigues com actuar davant d'una situació d'aturada cardiorespiratòria, i que aquesta formació et serveixi per posteriorment formar el teu alumnat.
- Oferir, a l'alumnat, els coneixements indispensables per poder actuar immediatament en diferents situacions que impliquin una aturada cardiorespiratòria.

Per aconseguir aquests objectius, hem desenvolupat un programa l'eix principal del qual és la **participació activa** per garantir l'experiència com a eina de retenció i aprenentatge.

Aprenent junts a salvar vides es basa, d'una banda, en la metodologia pedagògica d'**Investigació-Visió-Acció-Canvi (IVAC)** i, d'una altra, en la **ludificació**, que mira de traslladar la mecànica dels jocs a l'àmbit educatiu. D'aquesta manera, s'aconsegueix posar l'alumnat al centre de l'aprenentatge, com a part activa, mentre treballa competències individuals i d'equip i adquireix coneixements que poden resultar-li vitals en situacions d'emergència. Totes les activitats proposades s'han dissenyat a partir de metodologies actives perquè sigui el protagonista del seu aprenentatge.

Finalment, un cop adquirits els coneixements, proposem que l'alumnat apliqui tot el que ha après utilitzant un maniquí, sigui aconseguint-ne un o creant-ne un de propi. D'aquesta manera, podran tancar el cercle d'aprenentatge portant a la pràctica tot allò que han après.

Metodologia IVAC

La metodologia Investigació-Visió-Acció-Canvi (IVAC) ha estat desenvolupada per Danish University of Education per educar en l'àmbit de la salut. Proposa una estratègia interdisciplinària orientada al canvi de percepció sobre la importància de formar-se en reanimació cardiopulmonar. A partir de la participació activa pretén que l'alumnat reflexioni i proposi accions per al canvi. El model està estructurat en quatre fases:

Investigació

Motivar l'alumnat a investigar tot el que els passi pel cap relacionat amb l'aturada cardiorespiratòria. Per exemple: impacte en la societat, prevenció, assistència mèdica, etc.

Visió

Acompanyar l'alumnat en la visualització de diferents escenaris d'aturada cardiorespiratòria i a reflexionar i generar pensament crític de com es podria prevenir i actuar-hi.

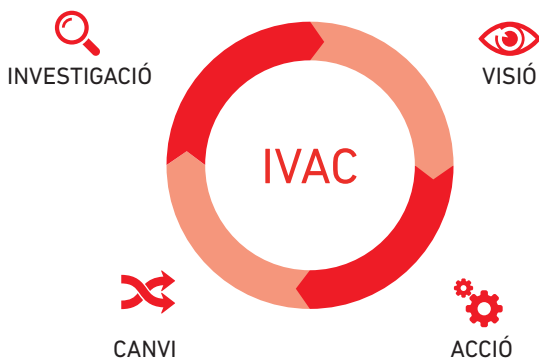
Acció

Planificar quines accions es podrien dur a terme per impulsar canvis reals, com la formació en RCP i ennuegaments.

Canvi

Un cop s'han informat, reflexionat i sensibilitzat sobre l'aturada cardiorespiratòria, és el moment de dur a terme els canvis proposats, la formació.

Malgrat ser un model concebut perquè es dugui a terme en 4 fases, és un programa flexible. Pot passar que en començar a investigar sorgeixin idees d'accions que es puguin dur a terme. Per això, s'ha de veure el mètode d'una manera flexible, circular, deixant treballar l'alumnat. És important trobar l'equilibri entre animar i guiar quan fa falta i deixar espai perquè puguin explorar, reflexionar i treballar al seu ritme i de manera autònoma.





INVESTIGACIÓ



VISIÓ



ACCIÓ I CANVI

| | | |
|---|---|--|
| <p>Què en sabem, de l'aturada cardiorespiratòria?</p> <p>Per què és important per a nosaltres?</p> <p>Què provoca l'aturada cardiorespiratòria?</p> <p>Què li passa a una persona que es troba en aturada cardiorespiratòria?</p> <p>Com actuaríem si ens trobéssim amb una persona que està en aturada cardiorespiratòria?</p> | <p>Com podem contribuir a solucionar el problema?</p> <p>Quina societat volem ser?</p> | <p>Què podem fer per no quedar-nos sense fer res davant d'una víctima amb una aturada cardiorespiratòria?</p> <p>Com hem d'actuar davant d'una situació d'emergència?</p> |
| <p>Investigar sobre la temàtica per poder formar-se una visió general sobre la temàtica.</p> | <p>L'alumnat exposa els seus punts de vista de com podria canviar per salvar les persones que estiguin en aturada cardiorespiratòria.</p> | <p>L'alumnat proposa canvis per solucionar el problema i pren consciència que formar-se per afrontar una situació d'emergència és la millor manera local d'actuar davant del problema.</p> |

Els beneficis de la metodologia IVAC

| Resultats | Apoderament | Aprentatge integral | Desenvolupament competencial |
|--|--|---|---|
| <p>La metodologia IVAC millora l'adquisició de coneixements.</p> | <p>El coneixement orientat a l'acció empodera l'alumnat, ja que el capacita per posar en pràctica el que ha après.</p> | <p>La metodologia IVAC té un caràcter multidisciplinari, en el qual les diferents branques del coneixement es tracten de manera integral.</p> | <p>Potencia les competències de l'alumnat, tot fent èmfasi en les habilitats comunicatives i de pensament crític.</p> |

Ludificació

D'altra banda, et proposem la ludificació com a tècnica d'aprenentatge. Hem preparat una escape room amb diferents escenaris de l'aturada cardiorespiratòria, on l'alumnat haurà de resoldre les pistes per trobar la manera correcta d'afrontar cada situació. És traslladar la mecànica dels jocs a l'àmbit educatiu, tot creant dinàmiques a partir de tècniques utilitzades en els jocs per

crear una experiència vivencial on l'alumnat aprengui tot jugant. S'ha demostrat que presentar el contingut de manera lúdica fa que l'alumnat estigui més motivat i retingui més informació.

Beneficis la metodologia de ludificació

| Resultats | Motivació | Aprenentatge significatiu | Desenvolupament competencial |
|--|--|---|--|
| Facilita la interiorització de coneixements atès que l'alumnat es converteix en un agent actiu en la construcció del seu aprenentatge. | Activa el compromís i la motivació per l'aprenentatge. | Reforça els coneixements: l'aprenentatge es torna més significatiu, cosa que permet retenir-lo millor a la memòria en ser més atractiu. | Es desenvolupen competències claus com el treball en equip, la presa de decisions, l'habilitat per solucionar problemes de forma cooperativa i la creativitat. |

Competències que es desenvoluparan

El programa **Aprenent junts a salvar vides** afavoreix el desenvolupament competencial de l'alumnat contribuint d'una manera específica en el desenvolupament de les competències següents:

- Aprendre a aprendre
- Sentit de la iniciativa i del sentit emprenedor
- Socials i cíviques
- Comunicació lingüística
- Competència matemàtica i científica

A més a més, les metodologies actives contribueixen directament al desenvolupament d'habilitats transversals, com ara:

Pensament crític

Tenir la capacitat de reflexionar sobre la societat i les seves problemàtiques posant l'accent en potencials accions que puguin provocar canvis tant a curt com a llarg termini.

Creativitat

Trobar la manera d'executar l'acció desitjada sigui el context que sigui.

Capacitat d'iniciativa

Tenir la confiança per desenvolupar habilitats per desbloquejar una situació tant individualment com col·lectivament.

Resolució de problemes

Detectar les característiques d'una situació per interpretar-les i trobar l'origen i la solució del problema.

Avaluació del risc

Saber avaluar les conseqüències abans d'emprendre una acció en cada pas del procés tenint en compte tot el coneixement adquirit.

Presa de decisions

Reflexionar sobre totes les possibilitats d'una manera proactiva i dur a terme la decisió de manera íntegra (sense dubtes).

Gestió constructiva dels sentiments

Davant d'una situació d'emergència tenir eines per no bloquejar-se i canalitzar l'energia a trobar solucions.

De manera específica, veurem les competències claus que es treballen:

| | |
|--|---|
| Comunicació lingüística | <p>Desenvolupar la capacitat de comprensió d'una nova temàtica.</p> <p>Saber buscar, recollir i processar informació nova.</p> <p>Establir un diàleg constructiu i respectuós.</p> <p>Expressar les idees d'una manera ordenada.</p> <p>Defensar una idea de manera respectuosa, constructiva i raonada amb arguments.</p> |
| Científica | <p>Conèixer el funcionament de què passa al nostre cos durant una aturada cardiorespiratòria.</p> <p>Prendre consciència de com prevenir factors de risc.</p> <p>Comprendre quins efectes provoca la reanimació per al cos.</p> |
| Aprendre a aprendre | <p>Processar la informació teòrica i saber portar-la a la pràctica.</p> <p>Adaptar l'argumentació a mesura que s'adquireix informació nova.</p> <p>Saber superar les barreres.</p> <p>Estar motivat davant del fet d'aprendre sobre una temàtica nova.</p> <p>La creativitat com a actuació autònoma, com a iniciativa i com a cerca de solucions diverses.</p> |
| Socials i cíviques | <p>Prendre consciència de problemàtiques que afecten la societat.</p> <p>Valorar el treball en equip com a eina de cohesió de la comunitat.</p> <p>Respectar les opinions dels companys i les companyes.</p> <p>Cooperar amb els companys i les companyes per resoldre els problemes d'una manera eficaç.</p> |
| Iniciativa i esperit emprenedor | <p>Prendre la iniciativa en situacions d'emergència.</p> <p>Saber actuar sobre la base de tots els coneixements adquirits.</p> <p>Tenir confiança en un mateix o una mateixa per prendre decisions sense bloquejar-se.</p> <p>Saber avaluar una situació i els seus riscos.</p> |

Estructura del programa pas a pas

El programa educatiu "Aprentent junts a salvar vides" està format per dues parts clarament identificables:

1. Formació del professorat

En primer lloc, et proposem una formació teòrica, per això t'ofereim la **guia docent "Què cal saber, de l'RCP?"** on s'expliquen els conceptes i les tècniques bàsiques per saber actuar davant de diferents situacions d'aturada cardiorespiratòria. I, posteriorment, amb la correcta adquisició d'aquests coneixements, puguis transmetre'ls al teu alumnat i guiar-los en el procés d'aprenentatge.

De la mateixa manera, si vols ampliar els coneixements o consultar dubtes sobre aquesta temàtica, posem a la teva disposició la guia de consulta: "L'escola ensenya RCP". Finalment, des de Fundació MAPFRE oferim el curs en línia per a professorat en Urgències i Emergències sanitàries, que pots consultar al nostre web.

2. Formació de l'alumnat

Per implantar aquest programa educatiu a les aules, hem creat la **guia pràctica "El programa pas a pas"**, on s'expliquen les tres sessions que es desenvoluparan a classe amb l'alumnat:

1a. Sessió

Què en sabem, de l'aturada cardiorespiratòria?

En aquesta sessió es presenta, a l'alumnat, una sèrie de situacions comunes perquè es conscienciïn sobre la importància de saber actuar ràpidament i correctament davant d'una situació d'aturada cardiorespiratòria i se'ls introdueixen els conceptes claus.

2a. Sessió

Practicar el que hem après

Una vegada se'ls han introduït els conceptes claus i han assimilat la importància de saber-hi actuar, es durà a terme una sessió pràctica on faran les tècniques d'RCP. Aquesta sessió té dues parts: visualització d'un vídeo formatiu sobre RCP per a adolescents on s'explica de manera clara i concisa el procediment que cal seguir davant d'una aturada cardiorespiratòria; i pràctica de les tècniques d'RCP sobre un maniquí al ritme de la música amb una [llista a Spotify](#). Per fer-la, caldrà dur a terme una sessió prèvia per aconseguir un maniquí, ja sigui a través del préstec d'un maniquí o construint-ne un de propi.

3a. Sessió

Escape room: escenaris d'emergència

Perquè l'alumnat posi en pràctica tot el que ha après, hem dissenyat una escape room amb diferents escenaris d'emergència on han d'establir l'actuació adequada en cada situació plantejada i així aconseguir salvar una vida.

Així mateix, per a l'última sessió, es distribuirà un qüestionari d'avaluació final.

Materials educatius

Per poder preparar i seguir el programa, hem preparat diferents materials educatius que et poden servir de suport i que pots descarregar-te gratuïtament des del web de Fundació MAPFRE, a l'apartat [Aprentent junts a salvar vides](#).

Infografies

Pots descarregar les infografies per projectar-les a la pissarra digital, imprimir-les per penjar-les a l'aula o repartir-les entre l'alumnat:

- Cadena de supervivència.
- Reanimació Cardiopulmonar Bàsica.
- Posició Lateral de Seguretat.
- Ennuegaments.
- Taula resum RCP Bàsica.

Vídeos formatius

Així mateix, hem creat dos vídeos formatius sobre RCP:

- **Vídeo adolescents:** aquest vídeo està destinat a l'alumnat perquè vegi la seqüència d'RCP.



- **Vídeo adult - infant:** aquest vídeo està enfocad al professorat perquè aprenguin l'actuació d'RCP en un infant.



Material per a les sessions

Per desenvolupar les sessions, proporcionem els següents materials que pots descarregar-te:

- Sessió 1: fitxes didàctiques professorat i alumnat.
- Sessió 2: llista cançons RCP a [Spotify](#)
- Sessió 3: reptes, pistes i múltiples materials de suport per portar a terme l'escape room.

Fundación **MAPFRE**



Amb la col·laboració de:



CONSEJO COLEF
CONSEJO GENERAL
DE LA EDUCACIÓN FÍSICA
Y DEPORTIVA