

RAFAL, PUEBLO CARDIOPROTEGIDO

ÍNDICE

• Análisis y justificación de la demanda.	2
• Objetivos.	6
◦ Generales.	
◦ Específicos.	
• Actividades.	12
◦ Taller para niños/as de Infantil.	
◦ Taller para niños/as de Primaria.	
◦ Taller para chicos/as de ESO y Bachiller.	
◦ Taller para Adultos.	
◦ Taller para Papás y Mamás.	
◦ Taller para personas de la Tercera Edad.	
◦ Taller para la Policía Local de Rafal.	
◦ Taller para Monitores y/o Entrenadores.	
• Recursos.	18
◦ Materiales.	
◦ Humanos.	
• Desarrollo del proyecto:	20
◦ Inscripción.	
◦ Talleres.	
◦ Programación.	
◦ Evaluación.	
• Presupuesto.	
• Anexos.	
• Bibliografía.	

ANÁLISIS Y JUSTIFICACIÓN DE LA DEMANDA

La parada Cardíaca fuera del ámbito hospitalario es una de las principales causa de muerte(1), en Europa, cada año entre 350.000 y 700.000 personas son víctimas de una Parada Cardiorrespiratoria (2). En España la Parada Cardiorrespiratoria es la principal causa de muerte prematura, en nuestro país, se produce una Parada Cardíaca cada 20 minutos provocando un 65% más de muertes que los accidentes de tráfico (3). En la Provincia de Alicante, durante el año 2018 hubieron 206 muertes por Parada Cardíaca NO asistida (9).

Por Parada Cardiorrespiratoria se entiende toda situación clínica que comprende un cese inesperado, brusco y potencialmente reversible de las funciones respiratorias y/o cardiocirculatoria espontáneas, no siendo resultado de la evolución natural de una enfermedad crónica avanzada o incurable, o del envejecimiento biológico. Si esta situación no se contrarresta con medidas de reanimación de forma precoz y por los testigos, el paro cardiorrespiratorio produce una disminución brusca de la oxigenación al cerebro lo que va a producir lesiones cerebrales irreversibles y finalmente la muerte biológica de forma irreversible.

El Consejo Español de Resucitación Pulmonar, en su última guía publicada en 2015 recomienda que la Reanimación Cardiopulmonar debe ser iniciada por los testigos de la parada sean o no conocedores de las técnicas de Reanimación Cardiopulmonar, la iniciación de forma precoz de las Compresiones Torácicas de Calidad por los testigos es primordial para asegurar el éxito de la reanimación sin secuelas de la víctima. La Organización Mundial de la Salud, en 2015 declaró que los niños de 12 años deberían estar entrenados dos horas al año a nivel mundial(2).

Menos del 10% de las paradas son resucitadas con éxito y regresan a sus hogares para vivir vidas productivas(4), la causa de este bajo índice de éxito es que no se han realizado Compresiones torácicas de calidad por los testigos que han presenciado el colapso, por lo que la Asociación Americana del Corazón (AHA) recomienda que la Reanimación sea realizada por testigos aunque no estén entrenados en RCP, el 1-1-2 puede dar instrucciones a través del teléfono al testigo para que realice sólo las compresiones torácicas hasta que lleguen los servicios de emergencias médicas (7).

La principal causa de la Parada Cardíaca en el adulto es debido a una arritmia letal que si no se revierte, va a llevar a la Parada definitiva a irreversible del corazón, por ello tanto la Asociación Americana del Corazón como el Consejo Europeo de Resucitación (ERC), introducen en la cadena de supervivencia de la Parada la desfibrilación precoz con un Desfibrilador Semiautomático (DESA). El uso del Desfibrilador Semiautomático antes del minuto 4 desde la parada, aumenta la tasa de supervivencia en el adulto a un 70% (3). El 6 de Octubre de 2017, en la Comunidad Valenciana se aprueba el Decreto de ley que regula el uso del Desfibrilador Semiautomático. Ésta ley define el DESA como "Producto sanitario destinado a analizar el ritmo cardíaco, identificar las arritmias mortales tributarias de administrar una descarga eléctrica con la finalidad de restablecer el ritmo

cardíaco viable con altos niveles de seguridad". Éste dispositivo es seguro, portátil y asequible y para que sea efectivo se debe utilizar en la parada cardíaca de forma precoz en cuanto se tenga acceso al mismo, según el Decreto, el DESA debe ser utilizado por personal sanitario, si en el momento de la parada, no hay ningún personal sanitario puede ser utilizado por personas que hayan sido entrenadas en Soporte Vital Básico y si tampoco las hubiere, puede ser utilizado por cualquier persona que se encuentre en la parada, siempre guiada por teléfono por el 1-1-2. Por tanto, gracias a este decreto se exime de responsabilidad a las personas que lo utilizan haciendo más fácil el uso del Desfibrilador Semiautomático durante la parada, facilitando así su uso, cualquiera lo puede utilizar a partir de la aprobación de la norma.

Todos estos datos sacan a relucir una realidad, las paradas cardíacas existen y todos podemos hacer algo en el momento en el que se producen, pero para ello tenemos que estar preparados, porque quizás, si no sabemos cómo actuar, nos quedemos paralizados en ese momento y lo que sí está claro es que ante una parada quien debe actuar son las personas que han presenciado el colapso, porque si esperamos sin hacer nada hasta que acudan los servicios médicos, con toda probabilidad, esa persona que estaba a nuestro lado haya perdido la única oportunidad que tenía de mantenerse viva. Los servicios sanitarios tardan casi 20 minutos en llegar a donde se encuentra la víctima y si hasta ese momento nadie ha hecho nada, la persona fallecerá.

Por todo lo expuesto anteriormente se podría decir que las maniobras de Reanimación Cardiopulmonar y el uso del Desfibrilador Semiautomático salvan vidas. Sin embargo, muchos de los testigos presentes durante la parada no se sienten capaces de realizar las compresiones torácicas y no digamos el uso del Desfibrilador, pues les da miedo, el no saber y no conocer en qué consisten estas técnicas tan sencillas paralizan al testigo en el momento que la víctima necesita su ayuda de forma urgente. El 1-1-2 puede orientar al testigo en cómo se deben realizar las técnicas, pero lo que realmente capacita a las personas en la resucitación es haber practicado antes las compresiones torácicas de calidad, la apertura de la vía aérea y las ventilaciones con muñecos de entrenamiento en RCP, en el modo adulto, pediátrico y lactante, además de la utilización del Desfibrilador Semiautomático para entrenamiento y así superar el miedo y la ansiedad que provoca el desconocimiento.

Rafal es una población de 4.498 habitantes, yo formo parte de esta población, donde todos los años nos despertamos con la noticia de que alguno de nuestros vecinos ha sufrido un colapso repentino y ha fallecido. En el pueblo disponemos de desfibrilador y el Excelentísimo Ayuntamiento de Rafal va a recibir dos nuevos desfibriladores, por lo que no hay excusa para salvar vidas y sentirnos que vivimos en un pueblo Cardioprotegido, sin embargo...¿Cuántos de los 4.498 habitantes que viven en Rafal son capaces de realizar las maniobras de RCP de calidad y de usar el desfibrilador?...es una pregunta retórica, quizás muchos lo harían bien, pero un alto porcentaje no realizaría la Reanimación porque no saben y les da miedo, de ahí que el Consejo Español de Resucitación Cardiopulmonar y el Plan Nacional de Reanimación Cardiopulmonar aconsejen la formación a la

población en general, independientemente de la edad, sexo y profesión a la que pertenezcan.

Pero la Reanimación Cardiopulmonar no son las únicas técnicas que salvan vidas, también es importante destacar la importancia de conocer las técnicas de Desobstrucción de la Vía aérea (atragantamiento) y la actuación en Primeros Auxilios. El conocimiento de cómo actuar en las situaciones de emergencia aseguran que la situación se pueda resolver de forma óptima y exitosa, estos conocimientos pueden suponer la diferencia entre la muerte y la vida, minimizan los tiempos de actuación y por tanto, se puede decir que salvan vidas.

Las técnicas de desobstrucción de la Vía Aérea(OVACE) son sencillas de realizar y seguras, sin embargo la mayoría de la población las desconoce y por tanto, ante una situación de atragantamiento no saben socorrer a la víctima y no actúan, sólo esperan a los servicios de Emergencias Sanitarias, los cuales tienen muy difícil poder revertir la situación, porque probablemente para cuando lleguen los médicos, la persona ya esté en Parada Cardiorrespiratoria por una obstrucción de la vía aérea, que le ha impedido respirar durante un corto periodo de tiempo y por ello se ha quedado inconsciente, su corazón se ha parado y por tanto estará fallecida. No se puede permitir que por miedo a no saber actuar una persona fallezca por un atragantamiento cuando las técnicas de desobstrucción son tan sencillas.

Esta es mi justificación para aprovechar la oportunidad que nos ha dado el Excelentísimo Ayuntamiento de Rafal en los Proyectos de Participación Ciudadana por lo que he decidido lanzar este proyecto, con el objetivo de formar a la población de Rafal en Reanimación Cardiopulmonar, Desobstrucción de la vía aérea y Primeros Auxilios. Busco formar a toda la población en general, me refiero a formar desde los niños que se encuentran en educación infantil hasta nuestros mayores de la tercera edad, pues salvar una vida no depende de la edad, ni de fuerza ni es exclusiva de personal sanitario. Por ello, las sesiones de formación estarán adaptadas a las personas que vayan a acudir a la formación, ya que las inquietudes de cada grupo de personas serán distintas.

Los grupos en los que se van a formar las sesiones serán:

- Taller para niños/as de Educación Infantil.
- Taller para niños/as de Educación Primaria.
- Taller para jóvenes de ESO y jóvenes que sean menores de 18 años que hayan superado la ESO.
- Taller para Adultos mayores de 18 años.
- Taller para Papás y Mamás.
- Taller para personas de la Tercera Edad.
- Taller para la Policía Local de Rafal.
- Taller para monitores y/o entrenadores.

María Abdul-Jabbar Mora. Enfermera SAMU. Instructora en Soporte Vital Básico.

Es un proyecto ambicioso, pero el objetivo de que todos sepamos salvar vidas también lo es. Se estima que para que la educación en Resucitación sea exitosa, deben saber manejar las técnicas el 15% de la población, por lo que este taller debería llegar a 675 personas, que es lo que correspondería al 15% de los Rafaleños que forman parte del Padrón; no se va a poder llegar a todas esas personas, sin embargo, este proyecto se podría decir que es un inicio en el logro de que Rafal sea un pueblo CARDIOPROTEGIDO.

OBJETIVOS

Cuando hablamos de Objetivos nos referimos a los objetivos que vamos a alcanzar a través de la realización del proyecto, los generales son para todos los grupos y talleres y los específicos serán modificados en base a los grupos, pues los objetivos a alcanzar no serán los mismos para los niños, que para la Policía o para las personas mayores.

GENERALES

1. Aprender a actuar ante una emergencia.
2. Aprender a realizar técnicas de Reanimación Cardiopulmonar.
3. Practicar las técnicas de Reanimación Cardiopulmonar con muñecos de entrenamiento.
4. Aprender a realizar maniobras de desobstrucción de la vía aérea.
5. Practicar las maniobras de Desobstrucción de la vía aérea.
6. Aprender Primeros Auxilios.

ESPECÍFICOS

TALLER PARA NIÑOS/AS DE EDUCACIÓN INFANTIL. 3-5 AÑOS

1. Aprender a identificar una Parada Cardiorrespiratoria.
2. Aprender el número de teléfono de emergencias 1-1-2.
3. Aprender a realizar compresiones torácicas.
4. Practicar las compresiones torácicas.
5. Aprender a realizar la Posición Lateral de Seguridad.
6. Practicar la Posición Lateral de Seguridad.
7. Identificar situaciones de riesgo y autoprotección.

TALLER PARA NIÑOS/AS DE EDUCACIÓN PRIMARIA. 6-12 AÑOS

1. Aprender el concepto PAS: Proteger, Avisar y Socorrer.
2. Aprender a identificar una Parada Cardiorrespiratoria.
3. Aprender el número de teléfono de emergencias 1-1-2.
4. Aprender a realizar compresiones torácicas.
5. Practicar las compresiones torácicas.
6. Aprender a abrir la Vía Aérea.
7. Practicar la Apertura de la Vía Aérea
8. Conocer las maniobras de Desobstrucción de la vía aérea.
9. Conocer el manejo del uso Desfibrilador Semiautomático.
10. Aprender a realizar la Posición Lateral de Seguridad.
11. Practicar la Posición Lateral de Seguridad.
12. Identificar situaciones de riesgo y autoprotección.
13. Aprender Primeros Auxilios.

TALLER PARA CHICOS/AS DE ESO Y PERSONAS QUE HAN FINALIZADO LA ESO Y SON MENORES DE 18 AÑOS. 13-18 AÑOS

1. Aprender la actuación ante una emergencia, PAS: Proteger, Avisar y Socorrer.
2. Conocer la cadena de Supervivencia.
3. Aprender a identificar una Parada Cardiorrespiratoria.
4. Aprender a realizar compresiones torácicas.
5. Practicar las compresiones torácicas.
6. Aprender a abrir la Vía Aérea.
7. Practicar la Apertura de la Vía Aérea
8. Aprender las maniobras de Desobstrucción de la vía aérea.
9. Practicar las maniobras de Desobstrucción de la vía aérea

10. Aprender el manejo del uso Desfibrilador Semiautomático.
11. Practicar el manejo del uso del Desfibrilador Semiautomático
12. Aprender a realizar la Posición Lateral de Seguridad.
13. Practicar la Posición Lateral de Seguridad.
14. Identificar situaciones de riesgo y autoprotección.
15. Aprender Primeros Auxilios.

TALLER PARA ADULTOS MAYORES DE 18 AÑOS.

1. Aprender la actuación ante una emergencia, PAS: Proteger, Avisar y Socorrer.
2. Conocer la cadena de Supervivencia.
3. Aprender a identificar una Parada Cardiorrespiratoria.
4. Aprender a realizar compresiones torácicas en el niño y el adulto.
5. Practicar las compresiones torácicas en el niño y el adulto.
6. Aprender a abrir la Vía Aérea en el niño y el adulto.
7. Practicar la Apertura de la Vía Aérea en el niño y el adulto.
8. Aprender las maniobras de Desobstrucción de la vía aérea.
9. Practicar las maniobras de Desobstrucción de la vía aérea
10. Aprender el manejo del uso Desfibrilador Semiautomático.
11. Practicar el manejo del uso del Desfibrilador Semiautomático
12. Aprender a realizar la Posición Lateral de Seguridad.
13. Practicar la Posición Lateral de Seguridad.
14. Identificar situaciones de riesgo y autoprotección.
15. Aprender Primeros Auxilios.

TALLER PARA PAPÁS Y MAMÁS

1. Aprender la actuación ante una emergencia, PAS: Proteger, Avisar y Socorrer.
2. Conocer la cadena de Supervivencia.
3. Aprender a identificar una Parada Cardiorrespiratoria.
4. Aprender a realizar compresiones torácicas en el lactante, niño y adulto.
5. Practicar las compresiones torácicas en el lactante, niño y adulto.
6. Aprender a abrir la Vía Aérea en el lactante, niño y adulto.
7. Practicar la Apertura de la Vía Aérea en el lactante, niño y adulto.
8. Aprender las maniobras de Desobstrucción de la vía aérea.
9. Practicar las maniobras de Desobstrucción de la vía aérea
10. Aprender el manejo del uso Desfibrilador Semiautomático.
11. Practicar el manejo del uso del Desfibrilador Semiautomático
12. Aprender a realizar la Posición Lateral de Seguridad.
13. Practicar la Posición Lateral de Seguridad.
14. Aprender a manejar las principales urgencias pediátricas.
15. Aprender Primeros Auxilios.

TALLER PARA PERSONAS DE LA TERCERA EDAD

1. Aprender la actuación ante una emergencia, PAS: Proteger, Avisar y Socorrer.
2. Conocer la cadena de Supervivencia.
3. Aprender a identificar una Parada Cardiorrespiratoria.
4. Aprender a realizar compresiones torácicas en el niño y el adulto.
5. Practicar las compresiones torácicas en el niño y el adulto.
6. Aprender a abrir la Vía Aérea en el niño y el adulto.
7. Practicar la Apertura de la Vía Aérea en el niño y el adulto.

8. Aprender las maniobras de Desobstrucción de la vía aérea.
9. Practicar las maniobras de Desobstrucción de la vía aérea
10. Aprender el manejo del uso Desfibrilador Semiautomático.
11. Practicar el manejo del uso del Desfibrilador Semiautomático
12. Aprender a realizar la Posición Lateral de Seguridad.
13. Practicar la Posición Lateral de Seguridad.
14. Identificar situaciones de riesgo y autoprotección.
15. Aprender el manejo de las complicaciones de las enfermedades crónicas:
Diabetes, Hipertensión y Enfermedad Obstructiva Crónica.
16. Aprender Primeros Auxilios.

TALLER PARA LA POLICÍA LOCAL DE RAFAL.

1. Aprender la actuación ante una emergencia, PAS: Proteger, Avisar y Socorrer.
2. Conocer la cadena de Supervivencia.
3. Aprender a identificar una Parada Cardiorrespiratoria.
4. Aprender a realizar compresiones torácicas en el niño y el adulto.
5. Practicar las compresiones torácicas en el niño y el adulto.
6. Aprender a abrir la Vía Aérea en el niño y el adulto.
7. Practicar la Apertura de la Vía Aérea en el niño y el adulto.
8. Aprender las maniobras de Desobstrucción de la vía aérea.
9. Practicar las maniobras de Desobstrucción de la vía aérea
10. Aprender el manejo del uso Desfibrilador Semiautomático.
11. Practicar el manejo del uso del Desfibrilador Semiautomático
12. Aprender a realizar la Posición Lateral de Seguridad.
13. Practicar la Posición Lateral de Seguridad.

14. Aprender el manejo de situaciones de emergencia sanitarias: Hipoglucemia, Síncopes, Heridas por armas, traumatismos, sospecha de ICTUS y sospecha de INFARTO.
15. Aprender Primeros Auxilios.

TALLER PARA ENTRENADORES Y MONITORES:

1. Aprender la actuación ante una emergencia, PAS: Proteger, Avisar y Socorrer.
2. Conocer la cadena de Supervivencia
3. Aprender a identificar una Parada Cardiorrespiratoria.
4. Aprender a realizar compresiones torácicas en el niño y el adulto.
5. Practicar las compresiones torácicas en el niño y el adulto.
6. Aprender a abrir la Vía Aérea en el niño y el adulto.
7. Practicar la Apertura de la Vía Aérea en el niño y el adulto.
8. Aprender las maniobras de Desobstrucción de la vía aérea.
9. Practicar las maniobras de Desobstrucción de la vía aérea
10. Aprender el manejo del uso Desfibrilador Semiautomático.
11. Practicar el manejo del uso del Desfibrilador Semiautomático
12. Aprender a realizar la Posición Lateral de Seguridad.
13. Practicar la Posición Lateral de Seguridad.
14. Aprender el manejo de las situaciones de emergencia sanitarias: Hipoglucemia, Asma, Heridas y Traumatismos.
15. Aprender Primeros Auxilios.

ACTIVIDADES

Las actividades dependerán del grupo al que vaya destinado el taller, por lo que las vamos a desglosar por taller:

TALLER PARA NIÑOS/AS DE EDUCACIÓN INFANTIL. 3-5 AÑOS

- Presentación. 5 min.
- Exposición de la canción de la RCP. 5 min.
- Practicar paso a paso las maniobras de la canción de RCP con un peluche o muñeco que los niños traerán de casa. 15 min.
- Practicar compresiones torácicas y ritmo de las mismas con la canción de Bob Esponja. 5 min.
- Practicar posición lateral de seguridad entre los papás y los niños. 10 min
- Exposición de situaciones de riesgo y cómo deben actuar con Marcela la Enfermera. 10 min.
- Llamada al 1-1-2 con un teléfono de juguete que deben traer los niños de casa. 5 min.

TALLER PARA NIÑOS/AS DE EDUCACIÓN PRIMARIA. 6-12 AÑOS

- Presentación. 5min.
- Exposición del vídeo Jacinto y la RCP. 10 min.
- Practicar paso a paso las maniobras de RCP con un peluche o muñeco que traerán de casa. 15 min
- Practicar las compresiones torácicas y el ritmo de las mismas con la canción de Bob Esponja. 5 min.
- Exposición del vídeo Atragantamiento con Jacinto. 5 min.
- Practicar las maniobras de desobstrucción de la vía aérea con el peluche o muñeco que traerán de casa. 10 min.
- Practicar la Posición Lateral de Seguridad entre los niños. 10 min.
- Exposición de situaciones de riesgo y cómo manejar las urgencias con Marcela la Enfermera. 15 min.
- Resolución de dudas. 10 min.

TALLER PARA CHICOS/AS DE ESO Y PERSONAS QUE HAN FINALIZADO LA ESO Y SON MENORES DE 18 AÑOS.

- Presentación. 5 min.
- Exposición sobre el concepto PAS: Proteger, Avisar y Socorrer, Cadena de Supervivencia y RCP. 15 min.
- Visualización del vídeo Jacinto y la RCP. 10 min.
- Visualización del vídeo RCP sólo con las manos. 5 min.
- Práctica con muñeco de entrenamiento de las maniobras de RCP y práctica con DESA de entrenamiento el uso del mismo. 15 min.
- Exposición sobre la actuación en caso de atragantamiento. 10 min.
- Visualización del vídeo Jacinto y el atragantamiento. 5 min.
- Práctica entre los alumnos de las maniobras de desobstrucción de la vía aérea. 5 min.
- Práctica entre los alumnos de la Posición Lateral de seguridad. 5 min.
- Exposición sobre situaciones de riesgo y autoprotección: Prevención de accidentes y autoprotección ante los mismos. 10 min.
- Exposición sobre Primeros Auxilios. 10 min.
- Resolución de dudas. 5 min.

TALLER PARA ADULTOS MAYORES DE 18 AÑOS.

- Presentación. 5 min.
- Exposición sobre el concepto PAS: Proteger, Avisar y Socorrer, Cadena de Supervivencia y RCP. 15 min.
- Visualización del vídeo Jacinto y la RCP. 10 min.
- Visualización del vídeo RCP sólo con las manos. 5 min.
- Práctica con muñeco de entrenamiento escolar y de adulto de las maniobras de RCP. 20 min.
- Práctica con DESA de entrenamiento el uso del mismo. 10 min.
- Exposición sobre la actuación en caso de atragantamiento. 5 min.

- Visualización del vídeo Jacinto y el atragantamiento. 5 min
- Práctica entre los alumnos de las maniobras de desobstrucción de la vía aérea. 5 min.
- Práctica de las maniobras de desobstrucción de la vía aérea con muñeco de entrenamiento escolar. 5 min.
- Práctica entre los alumnos de la Posición Lateral de seguridad. 10 min.
- Exposición sobre el manejo de emergencias: Convulsiones, código ICTUS, código Infarto. 10 min.
- Exposición sobre Primeros Auxilios. 10 min.
- Visualización del vídeo Mr Bean y la RCP. 10 min.
- Resolución de dudas. 5 min.

TALLER PARA PAPÁS Y MAMÁS

- Presentación. 5 min.
- Exposición sobre el concepto PAS: Proteger, Avisar y Socorrer, Cadena de Supervivencia y RCP. 15 min
- Visualización del vídeo Jacinto y la RCP. 10 min.
- Visualización del vídeo RCP sólo con las manos. 5Min.
- Práctica con muñeco de entrenamiento de las maniobras de RCP en lactante, escolar y adulto. 20 min.
- Práctica con DESA de entrenamiento el uso del mismo. 10 min.
- Exposición sobre la actuación en caso de atragantamiento. 5 min.
- Visualización del vídeo Jacinto y el atragantamiento. 5 min.
- Práctica con muñeco lactante y escolar las maniobras de desobstrucción de la vía aérea. 10 min.
- Práctica entre los alumnos de las maniobras de desobstrucción de la vía aérea. 5 min.
- Práctica entre los alumnos de la Posición Lateral de seguridad. 10 min.

María Abdul-Jabbar Mora. Enfermera SAMU. Instructora en Soporte Vital Básico.

- Exposición sobre las principales urgencias pediátricas y su manejo: Convulsiones febriles, Laringitis con tos perruna, Traumatismos y Cuerpos extraños en oído y nariz. 20 min.
- Exposición sobre Primeros Auxilios. 15 min.
- Visualización del vídeo Mr Bean y la RCP. 10 min.
- Resolución de dudas. 5 min.

TALLER PARA PERSONAS DE LA TERCERA EDAD

- Presentación. 5 min.
- Exposición sobre el concepto PAS: Proteger, Avisar y Socorrer, Cadena de Supervivencia y RCP. 15 min.
- Visualización del vídeo Jacinto y la RCP. 10 min
- Visualización del vídeo RCP sólo con las manos. 5 min.
- Práctica con muñeco de entrenamiento de las maniobras de RCP en escolar y adulto. 15 min.
- Práctica con DESA de entrenamiento el uso del mismo. 10 min
- Exposición sobre la actuación en caso de atragantamiento. 5 min.
- Visualización del vídeo Jacinto y el atragantamiento. 5 min.
- Práctica con muñeco escolar las maniobras de desobstrucción de la vía aérea. 5 min.
- Práctica entre los alumnos de las maniobras de desobstrucción de la vía aérea. 5 min.
- Práctica entre los alumnos de la Posición Lateral de seguridad. 10 min.
- Exposición sobre el manejo de las principales complicaciones de las enfermedades crónicas: Hipoglucemia, Hipertensión, Disnea en paciente con Enfermedad Obstructiva Crónica. 20 min.
- Exposición sobre Primeros Auxilios. 15 min.
- Visualización del vídeo Mr Bean y la RCP. 10 min.
- Resolución de dudas. 5 min.

TALLER PARA LA POLICÍA LOCAL DE RAFAL

- Presentación. 5 min.
- Exposición sobre el concepto PAS: Proteger, Avisar y Socorrer, Cadena de Supervivencia y RCP. 40 min
- Visualización del vídeo Jacinto y la RCP. 10 min.
- Visualización del vídeo RCP sólo con las manos. 5 min.
- Práctica con muñeco de entrenamiento escolar y adulto de las maniobras de RCP. 30 min.
- Práctica con DESA de entrenamiento el uso del mismo. 15 min.
- Descanso. 20 min.
- Exposición sobre la actuación en caso de atragantamiento. 10 min.
- Visualización del vídeo Jacinto y el atragantamiento. 5 min.
- Práctica entre los alumnos de las maniobras de desobstrucción de la vía aérea. 10 min.
- Práctica de las maniobras de desobstrucción de la vía aérea con el muñeco escolar. 10 min.
- Práctica entre los alumnos de la Posición Lateral de seguridad. 10 min.
- Exposición sobre el manejo de situaciones sanitarias: Hipoglucemia, Síncopes, heridas por armas, traumatismos, accidentes de tráfico, Código ICTUS y código Infarto. 30 min.
- Exposición sobre Primeros Auxilios. 20 min.
- Visualización del vídeo Mr Bean y la RCP. 10 min.
- Resolución de dudas. 5 min.

TALLER PARA ENTRENADORES Y/O MONITORES:

- Presentación. 5 min.
- Exposición sobre el concepto PAS: Proteger, Avisar y Socorrer, Cadena de Supervivencia y RCP. 40 min.
- Visualización del vídeo Jacinto y la RCP. 10 min.
- Visualización del vídeo RCP sólo con las manos. 5 min.
- Práctica con muñeco de entrenamiento escolar y de adulto de las maniobras de RCP. 30 min.
- Práctica con DESA de entrenamiento el uso del mismo. 15 min.
- Descanso. 20 min.
- Exposición sobre la actuación en caso de atragantamiento. 10 min.
- Visualización del vídeo Jacinto y el atragantamiento. 5 min.
- Práctica entre los alumnos de las maniobras de desobstrucción de la vía aérea. 10 min.
- Práctica de las maniobras de desobstrucción de la vía aérea con muñeco de entrenamiento escolar. 10 min.
- Práctica entre los alumnos de la Posición Lateral de seguridad. 10 min
- Exposición sobre el manejo de emergencias: Convulsiones, Hipoglucemia, Síncopes, Asma, Heridas y Traumatismos. 30 min.
- Exposición sobre Primeros Auxilios. 15 min.
- Visualización del vídeo Mr Bean y la RCP. 10 min.
- Resolución de dudas. 5 min.

RECURSOS

Los recursos necesarios para realizar los talleres de forma óptima se desglosan en dos grupos a su vez: recursos materiales y recursos humanos.

RECURSOS MATERIALES

En estos recursos vamos a diferenciar dos grupos, por un lado los recursos que debe aportar el taller y por otro los recursos que deben aportar los asistentes

- **Recursos Materiales a aportar por el Taller:**
 - ✓ 1 Muñeco de entrenamiento Adulto.
 - ✓ 1 Muñeco de entrenamiento Escolar.
 - ✓ 1 Muñeco de entrenamiento Lactante.
 - ✓ 1 Mascarillas individuales protectoras para práctica del Boca a Boca.
Una por asistente.
 - ✓ 1 Desfibrilador Semiautomático de Entrenamiento.
 - ✓ 1 Proyector.
 - ✓ Aula de formación.
 - ✓ Aula de la Biblioteca.
 - ✓ 1 Ordenador.
 - ✓ 1 Silla por asistente.
 - ✓ 1 Altavoces.
 - ✓ 3 Paquetes de pilas AA.
 - ✓ 2 Alfombrillas de gimnasia.
 - ✓ Peluche de Marcela la Enfermera.
 - ✓ Copias de Pre y post test y encuesta de satisfacción por asistente.

- **Recursos Materiales a aportar por los asistentes.**
 - ✓ Los niños de los talleres hasta 13 años deberán llevar de casa un peluche o muñeco con acceso al tórax para practicar las compresiones torácicas.
 - ✓ Los padres o madres que acompañen a los niños deberán llevar también un peluche o muñeco con acceso al tórax para practicar las compresiones torácicas.
 - ✓ Los padres o madres que acompañen a los niños deberán llevar un cojín para sentarse en el suelo.
 - ✓ Los niños de hasta 13 años deberán llevar un cojín para sentarse en el suelo.
 - ✓ Los niños de los talleres de infantil, hasta los 6 años deberán aportar un teléfono de juguete que se puedan ver los números 1 y 2.
 - ✓ Los niños de los talleres de infantil, hasta los

RECURSOS HUMANOS

- Enfermera instructora en Soporte Vital Básico.

DESARROLLO DEL PROYECTO.

INSCRIPCIÓN

Una vez que haya sido aprobado el proyecto y haya sido anunciado, las personas que estén interesadas se deberán inscribir en el taller que más se adecue a su situación.

Para que el taller sea de calidad y útil, las plazas están limitadas y según cada grupo se organizará con diferente número de asistentes, a la vez que se les podrá pedir que lleven algún material, por lo que para cada grupo va a tener una documentación distinta.

La inscripción se realizará en el Excelentísimo Ayuntamiento de Rafal.

Los grupos serán:

- Niños/as de Infantil con edades de 3-5 años (Anexo 1)
- Niños/as de Primaria con edad de 6-12 años (Anexo 2)
- Chicos/Chicas de ESO y jóvenes que han superado la ESO y son menores de 18 años. (Anexo 3)
- Adultos mayores de 18 años (Anexo 4)
- Papás y Mamás (Anexo 5)
- Personas Mayores de la Tercera Edad (Anexo 6)
- Policía Local de Rafal (Anexo 7)
- Entrenadores y/o monitores. (Anexo 8)

La documentación se adjunta al final, en el anexo (del anexo 1 al anexo 8).

En el momento de la inscripción se le informará a los asistentes de los materiales que deben aportar además del día, lugar, hora y duración de los talleres.

TALLERES

Según al grupo al que vaya dirigido el taller, éste tendrá una metodología distinta que se adecuará al logro de los objetivos anteriormente expuestos.

TALLER DE NIÑOS/AS DE INFANTIL CON EDADES DE 3-5 AÑOS.

Se realizará el taller al que asistirán un máximo de 12 niños acompañados por 12 adultos.

El taller está destinado para los niños de infantil y para los adultos acompañantes de los niños, los cuales también realizarán las actividades, pues los niños imitan las acciones de los mayores y son un ejemplo a seguir en el día a día, por lo que ver a las personas adultas de su entorno realizar las compresiones torácicas a los peluches, les sirve de refuerzo en el aprendizaje.

La metodología que se va a utilizar a la hora de realizar el taller es la exposición y la práctica con la utilización de material didáctico adecuado a la edad de los niños. El taller consistirá en cantar la canción de la RCP y practicar las maniobras de la RCP con sus peluches. Esta canción se repetirá varias veces para que jueguen cantando y así aprendan y practiquen la secuencia de las maniobras de la RCP. También aprenderán a seguir el ritmo de las compresiones con la canción de Bob Esponja, llamarán al 1-1-2 desde su teléfono y practicarán la Posición Lateral de Seguridad con sus acompañantes.

Finalmente se les enseñará medidas de autoprotección con el cuento de Marcela la Enfermera, se les mostrará cómo evitar riesgos y avisar a los adultos.

Como es un taller muy dinámico, es necesario que el aula donde se vaya a impartir sea amplia y diáfana, por lo que se desarrollará en el bajo de la Biblioteca. Los niños y los adultos deberán llevar cada uno un peluche o muñeco al que se pueda acceder de forma sencilla al tórax del mismo para practicar las compresiones torácicas, además de un cojín cada uno para sentarse en el suelo y un teléfono de juguete donde se pueda marcar el 1-1-2.

Al ser un taller para niños pequeños, no debe superar la hora de duración.

El taller se programará sábado por la mañana para que los adultos puedan acompañar a los niños.

TALLER DE NIÑOS/AS DE PRIMARIA CON EDADES DE 6-12 AÑOS.

Se realizarán dos talleres al que asistirán un máximo de 12 niños por taller. Al ser tan amplia horquilla de edad de los que pueden asistir a estos talleres y al programar dos talleres, se ha decidido separar los talleres por curso que está cursando el niño en el momento de la inscripción, por lo que se formarían dos grupos, uno para niños que están cursando de 1º a 3º de Primaria y el otro para niños que están cursando 4ª a 6º de Primaria y así hacer que los grupos sean más homogéneos.

La metodología que se va a utilizar a la hora de realizar el taller es la exposición y la práctica con la utilización de material didáctico adecuado a la edad de los niños. Se realizará la visualización de un vídeo de dibujos animados donde aprenderán la secuencia y maniobras de la RCP y el uso del DESA. Después se practicarán las maniobras de la RCP que se han visto en el vídeo con el peluche o muñeco que traerán de casa. El ritmo de las compresiones se practicará cantando y jugando con la canción de Bob Esponja y la posición Lateral de seguridad la practicarán entre ellos. También se visualizará el vídeo de Jacinto y el atragantamiento y se practicarán las maniobras de desobstrucción de la vía aérea con el peluche o muñeco que hayan traído de casa. Finalmente se realizará una exposición de las situaciones de riesgo y el manejo de las mismas con Marcela la Enfermera. En esta actividad se destacará la importancia de avisar a los adultos y de saber llamar al 1-1-2. Durante toda la sesión se irán resolviendo las dudas que los niños/as vayan planteando.

Como es un taller muy dinámico, es necesario que el aula donde se vaya a impartir sea amplia y diáfana, por lo que se desarrollará en el bajo de la Biblioteca. Los niños deberán llevar cada uno un peluche o muñeco al que se pueda acceder de forma sencilla al tórax del mismo para practicar las compresiones torácicas, además de un cojín cada uno para sentarse en el suelo .

Este taller tiene más contenido que el de los niños de 3 a 5 años, por lo que tendrá una duración de 1 hora y 30 minutos.

El taller se programará para sábado por la mañana para facilitar la asistencia.

TALLER PARA CHICOS Y CHICAS DE ESO Y BACHILLER 13 A 18 AÑOS.

Se realizarán dos talleres al que asistirán un máximo de 12 personas por taller.

El taller está destinado para chicos y chicas de ESO y Bachiller, al ser la horquilla de edad tan amplia se dividirán los talleres por edades, el primero para alumnos de ESO y el segundo para alumnos de Bachiller, para así hacer los grupos más homogéneos. Queda decir que el Bachiller no es una enseñanza obligatoria y quizás hayan personas que se quieran inscribir en el taller y no estén cursando Bachiller, puede que estén cursando algún módulo de formación profesional o puede que se hayan incorporado al mundo laboral, por lo que en el taller para chicos y chicas de Bachiller se pueden inscribir jóvenes que hayan finalizado la ESO y que sean menores de 18 años.

La metodología que se va a utilizar es la exposición y la práctica. Se realizará la exposición del concepto PAS, Cadena de Supervivencia y RCP, se realizará la visualización del vídeo Jacinto y la RCP para que así comprendan la secuencia y orden de las maniobras de RCP. Se verá el vídeo RCP sólo con las manos para comprender que con sólo el gesto de comprensiones torácicas de calidad se pueden salvar vidas, todos estos conceptos se practicarán con los muñecos de entrenamiento adulto y escolar, una vez conocidas las maniobras de Apertura de la Vía aérea, ventilaciones y compresiones de calidad, se introducirá el Desfibrilador semiautomático en la práctica. Después se realizará la exposición de la Obstrucción de la Vía aérea, se visualizará el vídeo de Jacinto y el atragantamiento y se practicará entre los participantes éstas maniobras. También se practicará la Posición Lateral de Seguridad entre los alumnos. Se realizará la exposición de prevención de accidentes de tráfico por distracciones o por consumo de alcohol y drogas, a la vez que se fomentará el uso de medidas de autoprotección como el casco, el cinturón y el no consumo. Finalmente se hará una exposición de Primeros Auxilios y su manejo: Heridas, fracturas y síncope. Durante toda la sesión se irán resolviendo dudas que puedan surgir.

El taller tendrá una duración de 1 hora y 40 minutos y se realizará en el Centro Formativo Juvenil de Rafal.

El desarrollo del taller se programará para su realización sábado y así facilitar la asistencia.

TALLER PARA ADULTOS MAYORES DE 18 AÑOS.

Se realizarán dos talleres, cada uno de ellos con un máximo de 12 participantes.

Este taller está destinado para las personas mayores de 18 años que están interesadas en aprender a salvar vidas, pero que no tienen una especial motivación en conocer el manejo de las urgencias pediátricas, bien porque no tienen hijos, porque éstos son ya adultos o porque no están al cuidado de los mismos.

La metodología que se va a utilizar es la exposición y la práctica: Se realizará la exposición del concepto PAS, Cadena de Supervivencia y RCP, se realizará la visualización del vídeo Jacinto y la RCP para que así comprendan la secuencia y orden de las maniobras de RCP. Se verá el vídeo RCP sólo con las manos para comprender que con sólo el gesto de compresiones torácicas de calidad se pueden salvar vidas, todos estos conceptos se practicarán con los muñecos de entrenamiento adulto y escolar, una vez conocidas las maniobras de Apertura de la Vía aérea, ventilaciones y compresiones de calidad, se introducirá el Desfibrilador semiautomático en la práctica. Después se realizará la exposición de la Obstrucción de la Vía aérea, se visualizará el vídeo de Jacinto y el atragantamiento y se practicará entre los participantes éstas maniobras. También se practicará la Posición Lateral de Seguridad entre los alumnos. Se realizará la exposición sobre el manejo de emergencias más habituales en los adultos, como convulsiones, bajadas de azúcar, ICTUS e infarto. Se realizará una exposición sobre Primeros Auxilios, control de hemorragias y fracturas. Para finalizar y poner un punto de gracia al taller, se visualizará el vídeo de Mr Bean y la RCP. Durante toda la sesión se irán resolviendo dudas que puedan surgir.

El taller tiene una duración de 2 horas y 15 minutos y tendrá lugar en el Centro Formativo Juvenil de Rafal.

Se realizará un sábado para facilitar la asistencia.

TALLER PARA PAPÁS Y MAMÁS

Se realizarán dos talleres para papás y mamás con un máximo de 12 asistentes por taller.

Este taller está para destinado a papás y mamás con niños en casa y que tengan interés en conocer el manejo de las urgencias pediátricas.

La metodología que se va a utilizar es la exposición y la práctica: Se realizará la exposición del concepto PAS, Cadena de Supervivencia y RCP, se realizará la visualización del vídeo Jacinto y la RCP para que así comprendan la secuencia y orden de las maniobras de RCP. Se verá el vídeo RCP sólo con las manos para comprender que con sólo el gesto de compresiones torácicas de calidad se pueden salvar vidas, todos estos conceptos se practicarán con los muñecos de entrenamiento lactante, adulto y escolar. Una vez conocidas las maniobras de Apertura de la Vía aérea, ventilaciones y compresiones de calidad, se introducirá el Desfibrilador semiautomático en la práctica. Después se realizará la exposición de la Obstrucción de la Vía aérea, se visualizará el vídeo de Jacinto y el atragantamiento. Se practicará entre los participantes éstas maniobras además de practicarlas con el muñeco lactante y escolar. También se practicará la Posición Lateral de Seguridad entre los alumnos. Se realizará la exposición sobre el manejo de emergencias más habituales pediátricas: : Convulsiones febriles, Laringitis con tos perruna, Traumatismos y Cuerpos extraños en oído y nariz. Se realizará una exposición sobre Primeros Auxilios, control de hemorragias y fracturas. Para finalizar y poner un punto de gracia al taller, se visualizará el vídeo de Mr Bean y la RCP. Durante toda la sesión se irán resolviendo dudas que puedan surgir.

El taller tiene una duración de 2 horas y media y se realizará en el Centro Formativo Juvenil de Rafal.

El taller se realizará un día entre semana en horario escolar y otro día será sábado para facilitar la asistencia.

TALLER PARA PERSONAS DE LA TERCERA EDAD

Este taller va destinado para las personas más mayores de nuestro pueblo, los cuales tengan motivación en aprender a salvar las vidas de los demás y quieran, además, aprender a manejar las complicaciones que puedan surgir en el manejo de sus enfermedades crónicas, se busca empoderar a nuestros mayores. Se realizarán dos talleres.

La metodología que se va a utilizar es la exposición y la práctica: Se realizará la exposición del concepto PAS, Cadena de Supervivencia y RCP, se realizará la visualización del vídeo Jacinto y la RCP para así visualizar el concepto de RCP en su conjunto. Se verá el vídeo RCP sólo con las manos para comprender que con sólo el gesto de comprensiones torácicas de calidad se pueden salvar vidas, todos estos conceptos se practicarán con los muñecos de entrenamiento adulto y escolar. Una vez conocidas las maniobras de Apertura de la Vía aérea, ventilaciones y compresiones de calidad, se introducirá el Desfibrilador semiautomático en la práctica. Después se realizará la exposición de la Obstrucción de la Vía aérea, se visualizará el vídeo de Jacinto y el atragantamiento. Se practicará entre los participantes éstas maniobras además de practicarlas con el muñeco de RCP escolar. También se practicará la Posición Lateral de Seguridad entre los alumnos. Se realizará la exposición sobre el manejo de las complicaciones de las enfermedades crónicas: Hipoglucemia, Hipertensión, Disnea en paciente con Enfermedad Obstructiva Crónica. Se realizará una exposición sobre Primeros Auxilios, control de hemorragias y fracturas. Para finalizar y poner un punto de gracia al taller, se visualizará el vídeo de Mr Bean y la RCP. Durante toda la sesión se irán resolviendo dudas que puedan surgir.

El taller tiene una duración de 2 horas y 15 minutos y tendrá lugar en el Centro Formativo Juvenil.

El taller se programará en día laboral por la mañana y por la tarde para facilitar la asistencia.

TALLER PARA LA POLICÍA LOCAL DE RAFAL.

Se realizará un único taller y los asistentes serán las personas que formen parte del Cuerpo de Policía Local de Rafal.

Este taller va destinado a las personas que forman parte del Cuerpo de Policía Local de Rafal porque son ellos los que suelen acudir a todas las emergencias independientemente que sean de tipo sanitario o no. La gran mayoría de veces, son los primeros en personarse en el lugar de los hechos y es muy importante que sepan manejar estas situaciones para la supervivencia de la víctima y la tranquilidad del agente que no se siente desbordado ante esta situación tan crítica. Debido a que este taller está programado por personal sanitario, es posible que en la metodología no se incluyan situaciones sanitarias en la que los agentes en su labor diaria se hayan tenido que enfrentar y que no supieran cómo manejar, por lo que en la inscripción del taller se les entregará a la Policía Local de Rafal la documentación de la metodología del taller para que lo revisen y si ven alguna deficiencia, lo comuniquen para adaptar el taller a las necesidades reales de nuestros agentes.

La metodología que se va a utilizar es la exposición y la práctica: Se realizará la exposición del concepto PAS, Cadena de Supervivencia y RCP, se realizará la visualización del vídeo Jacinto y la RCP para así visualizar el concepto de RCP en su conjunto. Se verá el vídeo RCP sólo con las manos para comprender que con sólo el gesto de compresiones torácicas de calidad se pueden salvar vidas, todos estos conceptos se practicarán con los muñecos de entrenamiento adulto y escolar. Una vez conocidas las maniobras de Apertura de la Vía aérea, ventilaciones y compresiones de calidad, se introducirá el Desfibrilador semiautomático en la práctica. Después se realizará la exposición de la Obstrucción de la Vía aérea, se visualizará el vídeo de Jacinto y el atragantamiento. Se practicará entre los participantes éstas maniobras además de practicarlas con el muñeco de RCP escolar. También se practicará la Posición Lateral de Seguridad entre los alumnos. Se realizará la exposición sobre el manejo de situaciones sanitarias de emergencia: Hipoglucemia, Síncopes, heridas por armas, traumatismos, accidente de tráfico, Código ICTUS y código Infarto. Se realizará una exposición sobre Primeros Auxilios, control de hemorragias y fracturas. Para finalizar y poner un punto de gracia al taller, se visualizará el vídeo de Mr Bean y la RCP. Durante toda la sesión se irán resolviendo dudas que puedan surgir.

El taller tendrá una duración de 4 horas y se realizará en el Centro Formativo Juvenil.

La fecha de realización del taller se consensuará con la Policía Local de Rafal para facilitar la asistencia.

TALLER PARA ENTRENADORES Y MONITORES

Este taller va destinado para entrenadores y/o monitores que realicen su labor en Rafal y que trabajen con niños y/o adultos. Como de momento es desconocida la demanda del taller, si los dos talleres se llenan de asistentes, se realizarán los talleres que sean necesarios hasta que se cubra la demanda. Se realizarán dos talleres con un máximo de 12 asistentes por taller.

La metodología que se va a utilizar es la exposición y la práctica: Se realizará la exposición del concepto PAS, Cadena de Supervivencia y RCP, se realizará la visualización del vídeo Jacinto y la RCP para así visualizar el concepto de RCP en su conjunto. Se verá el vídeo RCP sólo con las manos para comprender que con sólo el gesto de compresiones torácicas de calidad se pueden salvar vidas, todos estos conceptos se practicarán con los muñecos de entrenamiento adulto y escolar. Una vez conocidas las maniobras de Apertura de la Vía aérea, ventilaciones y compresiones de calidad, se introducirá el Desfibrilador semiautomático en la práctica. Después se realizará la exposición de la Obstrucción de la Vía aérea, se visualizará el vídeo de Jacinto y el atragantamiento. Se practicará entre los participantes éstas maniobras además de practicarlas con el muñeco de RCP escolar. También se practicará la Posición Lateral de Seguridad entre los alumnos. Se realizará la exposición sobre el manejo de situaciones sanitarias de emergencia: Convulsiones, Hipoglucemia, Síncopes y Asma. Se realizará una exposición sobre Primeros Auxilios, control de hemorragias y fracturas. Para finalizar y poner un punto de gracia al taller, se visualizará el vídeo de Mr Bean y la RCP. Durante toda la sesión se irán resolviendo dudas que puedan surgir.

El taller se impartirá entre semana, en horario escolar que es cuando los niños están en el colegio y por tanto tendrán más disponibilidad para acudir al taller.

El taller tendrá una duración de 4 horas y tendrá lugar en el Centro Formativo Juvenil.

La fechas de los talleres se consensuarán con la Concejalía de Deportes y la Concejalía de Educación para facilitar la asistencia.

PROGRAMACIÓN

Las fechas para la realización de talleres que se van a presentar a continuación no son de forma definitiva, son fechas orientativas pues dependen de la disponibilidad del espacio necesario para que se puedan llevar a cabo los talleres. Si el proyecto es votado y aprobado por los Rafaleños, se consensuará con el Excelentísimo Ayuntamiento de Rafal las fechas.

- **Periodo de inscripción:** 1 de Septiembre al 16 de Octubre.
- **Fechas de realización de los talleres:**
 - Taller para niños de Infantil: Sábado 24 de Octubre de 2020 a las 10:30 y el segundo taller el mismo día a las 12:15h. Tendrá lugar en la Biblioteca de Rafal.
 - Taller para niños de Primaria: Sábado 7 de Noviembre de 2020 a las 10h los niños/as de 1º a 3º de primaria y a las 12h del mismo día los niños/as de 4º a 6º de primaria. Tendrá lugar en la Biblioteca de Rafal.
 - Taller para chicos/as de ESO y Bachiller: Sábado 21 de Noviembre de 2020, a las 10h el grupo de chicos/as de Eso y a las 12h el grupo de chicos/as de Bachiller, FP o jóvenes que hayan superado la ESO y sean menores de 18 años. Tendrá lugar en el Centro Formativo Juvenil.
 - Taller para Adultos mayores de 18 años: Sábado 28 de Noviembre de 2020, el primer grupo a las 10:30h y el segundo grupo el mismo día a las 16h. Tendrá lugar en el Centro Formativo Juvenil.
 - Taller para Papás y Mamás: Sábado 24 de Octubre de 2020 a las 17h el primer grupo y el Viernes 13 de Noviembre a las 10h el segundo grupo. Tendrá lugar en el Centro Formativo Juvenil.
 - Taller para personas de la Tercera Edad: Martes 27 de Octubre de 2020 a las 10h el primer grupo y a las 16h el segundo grupo. Tendrá lugar en el Centro Formativo Juvenil.
 - Taller para la Policía Local de Rafal, la fecha se ha de pactar con ellos para encontrar el momento más oportuno.
 - Taller para monitores y/o entrenadores: Miércoles 3 de Diciembre a las 9,30h el primer grupo y el miércoles 9 de Diciembre a las 9,30h el segundo grupo.
- **Presentación de los datos de la evaluación:** 30 de Diciembre de 2020.

EVALUACIÓN

Estos talleres son una intervención puntual en la vida de los asistentes, por lo que no se puede realizar una valoración a largo plazo, pero sí una valoración a corto plazo. Para poder realizar la evaluación se utilizarán dos recursos, el Pre y Post- test para valorar la adquisición de los conocimientos y la encuesta de satisfacción.

Como los talleres se realizarán para niños, adultos, personas mayores y profesionales, los test y las encuestas de satisfacción serán distintos según el grupo, destacando que en los niños de infantil y primaria no se realizará la evaluación a través de los test.

Tanto los test, como la encuesta de satisfacción se pueden ver en los anexos (del anexo 9 al anexo 14).

PRESUPUESTO

En el presupuesto se incorpora el gasto en recursos materiales y humanos.

RECURSOS MATERIALES

CONCEPTO	UNIDADES	PRECIO	TOTAL
Muñecos de RCP lactante, niño y adulto Nueva Little Family QCPR Ref: 136-01050	Kit que lleva un muñeco de cada tamaño	635,25e	635,25e
Mascarillas protectoras maniquí de RCP	135 unidades. Se venden en rollos de 50 unidades. Necesitamos 3	17.60e	58,80e
Desfibrilador de Entrenamiento. DESA Ref: DEEN002	1	177,87e	177,87e
Proyector	1	0e Lo cede el Excelentísimo Ayuntamiento de Rafal	0e
Aula de Formación	1	0e Lo cede el Excelentísimo Ayuntamiento de Rafal	0e
Aula de la Biblioteca	1	0e Lo cede el Excelentísimo Ayuntamiento de Rafal	0e
Ordenador	1	0e Lo cede el Excelentísimo Ayuntamiento de Rafal	0e
Sillas	13	0e Lo cede el	0e

		Excelentísimo Ayuntamiento de Rafal	
Altavoces	1	0e Lo cede el Excelentísimo Ayuntamiento de Rafal	0e
Paquete de pilas	3	1e	3e
Alfombrillas de gimnasia	2	10e	20e
Peluche de Marcela la Enfermera	1	17,99e	17,99e
Copias pre-post test y encuesta de satisfacción	132	0,25	33,75
TOTAL			946,66e

RECURSOS HUMANOS

Como referencia para establecer el precio de la hora se ha tomado las minutas que paga el CEFIRE, que es el organismo de Formación Continuada al profesorado. He sido docente varias veces de esta entidad y estas son la minutas.

CONCEPTO	UNIDADES	PRECIO	TOTAL
Hora de formación impartida	34,5 horas	45e	1552,5e
TOTAL			1552,5e

FINANCIACIÓN TOTAL

RECURSOS MATERIALES	946,66
RECURSOS HUMANOS	1552,5
TOTAL	2499,16

Para el desarrollo del proyecto es necesaria una financiación de 2499,16 e.

ANEXOS

ANEXO 1. INSCRIPCIÓN RAFAL CARDIOPROTEGIDA. NIÑOS/AS DE INFANTIL. 3-5 AÑOS

Recordad a los asistentes:

- Cada niño deberá ir acompañado por un adulto.
- El adulto y el niño deberán llevar un peluche o muñeco cada uno donde se tenga acceso al pecho para practicar las compresiones torácicas, no es necesario que se pueda desnudar el muñeco, puede llevar ropa.
- El adulto y el niño deberán llevar un cojín cada uno para sentarse en el suelo.
- Cada niño deberá llevar un teléfono de juguete el cual debe de tener los números 1 y 2
- El número máximo de asistentes será de 12 niños y 12 adultos.
- La duración del taller es de 1 Hora.
- Se realizarán dos talleres, hay que realizar dos listados de 12 asistentes.
- Se realizará el taller en la Biblioteca.

Fecha del taller: _____ Horario: _____

	NOMBRE ADULTO	NOMBRE NIÑO/A	TELÉFONO DE CONTACTO	CURSO DEL NIÑO
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				

ANEXO 2. INCRIPCIÓN RAFAL CARDIOPROTEGIDA. NIÑOS DE PRIMARIA. 6-12 AÑOS.

Recordad a los asistentes:

- Cada niño/a debe llevar un muñeco o peluche al que se pueda tener acceso al pecho para practicar las compresiones torácicas y un cojín para sentarse en el suelo.
- El taller se realizará en la Biblioteca de Rafal. Duración: Hora y media.
- El número máximo de asistentes será de 12 niños/as.
- Se realizarán dos talleres, desglosados a su vez por curso del niño. Un grupo será compuesto por niños de 1º a 3º de primaria inclusive y el segundo de 4º a 6º de primaria inclusive.

Fecha del Taller: _____ Hora: _____ 1º a 3º de PRIMARIA.

	NOMBRE DEL NIÑO/A	TUTOR	TELÉFONO	CURSO
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				

ANEXO 2 BIS. INSCRIPCIÓN RAFAL CARDIOPROTEGIDA. NIÑOS DE PRIMARIA. 6-12 AÑOS.

Recordad a los asistentes:

- Cada niño/a debe llevar un muñeco o peluche al que se pueda tener acceso al pecho para practicar las compresiones torácicas y un cojín para sentarse en el suelo.
- El taller se realizará en la Biblioteca de Rafal. Duración: Hora y media.
- El número máximo de asistentes será de 12 niños/as.
- Se realizarán dos talleres, desglosados a su vez por curso del niño. Un grupo será compuesto por niños de 1º a 3º de primaria inclusive y el segundo de 4º a 6º de primaria inclusive.

Fecha del Taller: _____ Hora: _____ 4º a 6º de PRIMARIA.

	NOMBRE DEL NIÑO/A	TUTOR	TELÉFONO	CURSO
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				

ANEXO 3. INSCRIPCIÓN RAFAL CARDIOPROTEGIDA. CHICOS/AS DE ESO.

Recordad a los asistentes lo siguiente:

- Se realizarán dos talleres, desglosados a su vez por curso de los asistentes. Un grupo será compuesto por personas que cursan la ESO y el segundo grupo por personas que han finalizado la ESO y sean menores de edad.
- El Taller se realizará en el Centro Formativo Juvenil. Duración: 1 hora y 40 minutos.
- El máximo de asistentes al taller será de 12 personas.

Fecha del Taller: _____ Hora: _____ ALUMNOS DE ESO.

	NOMBRE DEL CHICO/CHICA	TUTOR	TELÉFONO	CURSO
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				

ANEXO 3 BIS. INSCRIPCIÓN RAFAEL CARDIOPROTEGIDA. CHICOS/AS QUE HAN FINALIZADO LA ESO Y SON MENORES DE EDAD.

Recordad a los asistentes lo siguiente:

- Se realizarán dos talleres, desglosados a su vez por curso de los asistentes. Un grupo será compuesto por personas que cursan la ESO y el segundo grupo por personas que han finalizado la ESO y sean menores de edad.
- Se realizará en el Centro Formativo Juvenil: Duración:1 hora y 40 minutos.
- El máximo de asistentes al taller será de 12 personas.

Fecha del Taller:_____Hora:_____ PERSONAS QUE HAN FINALIZADO ESO Y SON MENORES DE EDAD.

	NOMBRE DEL CHICO/CHICA	TUTOR	TELÉFONO	CURSO O PROFESIÓN
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				

ANEXO 4. INSCRIPCIÓN RAFAL CARDIOPROTEGIDA. PERSONAS MAYORES DE 18 AÑOS

Recordad a los asistentes lo siguiente:

- Este taller está para destinado para los mayores de 18 años que están interesados en aprender a salvar vidas, pero que no tienen una especial motivación en conocer el manejo de las urgencias pediátricas, bien porque no tienen hijos, o porque éstos son ya adultos. Se realizarán dos talleres. Debemos hacer dos copias de la inscripción. Máximo de asistentes por taller: 12 personas.
- El Taller tiene una duración de 2 horas y 15 minutos.
- Se realizara en el Centro Formativo Juvenil de Rafal.

Fecha del Taller: _____ Hora: _____

	NOMBRE	APELLIDOS	TELÉFONO	CURSO O PROFESIÓN
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				

ANEXO 5. INSCRIPCIÓN RAFAL CARDIOPROTEGIDA. PAPÁS Y MAMÁS.

Recordad a los asistentes lo siguiente:

- Este taller está para destinado a papás y mamás con niños en casa y que tengan interés en conocer el manejo de las urgencias pediátricas.
- Se realizarán dos talleres, debemos realizar dos copias de la inscripción.
- Se realizará en el Centro Formativo Juvenil. Duración: 3Horas.
- El máximo de asistentes al taller será de 12 personas.

Fecha del Taller:_____Hora:_____

	NOMBRE Y APELLIDOS	EDAD DE LOS NIÑOS	TELÉFONO	CURSO O PROFESIÓN
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				

ANEXO 6. INSCRIPCIÓN RAFAL CARDIOPROTEGIDA. PERSONAS MAYORES DE 65 AÑOS.

Recordad a los asistentes lo siguiente:

- Este taller está para destinado para los mayores de 65 años
- Se realizarán dos talleres, debemos hacer dos copias de la inscripción.
- Se realizará en el Centro Formativo Juvenil. Duración: 2horas.
- El máximo de asistentes al taller será de 12 personas.

Fecha del Taller: _____ Hora: _____

	NOMBRE	APELLIDOS	TELÉFONO
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			

ANEXO 7. INSCRIPCIÓN RAFAL CARDIOPROTEGIDA. POLICÍA LOCAL DE RAFAL

Recordad a los asistentes lo siguiente:

- Este taller está destinado para la Policía Local de Rafal
- Se realizará en el Centro Formativo Juvenil. Duración: 4 Horas.
- El número de asistentes dependerá del número de agentes que hay en la Policía de Rafal
- Se les debe entregar a la hora de la inscripción el documento de contenidos del taller.

Fecha del Taller: _____ Hora: _____

	NOMBRE	APELLIDOS	TELÉFONO	ENTREGAR HOJA DE CONTENIDOS
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				

HOJA DE CONTENIDOS A ENTREGAR A LA POLICÍA.

Este documento es informativo, les hago entrega de los contenidos que se van a tratar en el taller, el objetivo es que revisen los contenidos y si consideran que se debe añadir algo más que crean que sea importante, me lo hagan saber en el siguiente correo electrónico: mariaabdul14@gmail.com

Contenidos del Taller para Policía Local de Rafal.

- Presentación. 5 min.
- Exposición sobre el concepto PAS: Proteger, Avisar y Socorrer, Cadena de Supervivencia y RCP. 40 min
- Visualización del vídeo Jacinto y la RCP. 10 min.
- Visualización del vídeo RCP sólo con las manos. 5 min.
- Práctica con muñeco de entrenamiento escolar y adulto de las maniobras de RCP. 30 min.
- Práctica con DESA de entrenamiento el uso del mismo. 15 min.
- Descanso. 20 min.
- Exposición sobre la actuación en caso de atragantamiento. 10 min.
- Visualización del vídeo Jacinto y el atragantamiento. 5 min.
- Práctica entre los alumnos de las maniobras de desobstrucción de la vía aérea. 10 min.
- Práctica de las maniobras de desobstrucción de la vía aérea con el muñeco escolar. 10 min.
- Práctica entre los alumnos de la Posición Lateral de seguridad. 10 min.
- Exposición sobre el manejo de situaciones sanitarias: Hipoglucemia, Síncopes, heridas por armas, traumatismos, accidentes de tráfico, Código ICTUS y código Infarto. 30 min.
- Exposición sobre Primeros Auxilios. 20 min.
- Visualización del vídeo Mr Bean y la RCP. 10 min.
- Resolución de dudas. 5 min.

ANEXO 8. INSCRIPCIÓN RAFAL CARDIOPROTEGIDA. GRUPO DE MONITORES Y ENTRENADORES.

Recordad a los asistentes lo siguiente:

- Este taller está destinado a personas que son monitores y/o entrenadores de actividades deportivas tanto para niños como para personas adultas.
- Se realizará en el Centro Formativo Juvenil. Duración: 4 horas.
- Se programarán dos talleres. Realizar dos copias de la inscripción.
- El máximo de asistentes al taller será de 12 personas.

Fecha del Taller: _____ Hora: _____

	NOMBRE	APELLIDOS	TELÉFONO	QUÉ ACCIÓN REALIZA DE MONITOR O ENTRENADOR.
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				

ANEXO 9. PRE-TEST TALLER PARA JÓVENES DE ESO O QUE HAN FINALIZADO LA ESO Y SON MENORES DE EDAD.

EDAD_____ SEXO_____CURSO_____

1. Ante una persona que se queda inconsciente de forma súbita, lo PRIMERO que debemos hacer es:
 - ➔ Avisar al 061.
 - ➔ Avisar al 112.
 - ➔ Abrir la vía aérea y comprobar si respira.
 - ➔ Posicionar a la persona boca arriba y le levantamos las piernas.
2. Sabemos que una persona está en Parada Cardiorrespiratoria si:
 - ➔ Está inconsciente, no respira o no lo hace de forma normal
 - ➔ Está inconsciente, no respira y le tomamos el pulso y tampoco tiene pulso.
 - ➔ Está inconsciente y azul.
3. Las compresiones torácicas en el adulto se realizan en...
 - ➔ En el esternón, dos dedos por encima del final del mismo.
 - ➔ En el pecho, en el lado izquierdo que es donde está el corazón.
 - ➔ En el esternón, en el centro del pecho.
4. Una persona sufre una parada Cardiorrespiratoria en un centro comercial, en este centro hay un desfibrilador y desde el 1-1-2 nos dicen que lo utilicemos ¿Qué harías?
 - ➔ No lo utilizamos, no somos personal sanitario y no se debe de utilizar.
 - ➔ Lo utilizamos porque es muy seguro.
 - ➔ Lo dejamos preparado para que lo utilicen los servicios sanitarios cuando lleguen.

5. Una persona que está al lado nuestro se marea y se desmaya, comprobamos que SI respira, ¿Qué hacemos?
 - ➔ La tumbamos boca arriba y le levantamos las piernas.
 - ➔ Nada, la dejamos como está, que respira y está viva.
 - ➔ La ponemos en Posición Lateral de Seguridad.
6. Una persona se está atragantando con algo que ha comido, observamos que puede toser de forma eficaz, ¿Qué hacemos?
 - ➔ Llamamos al 112 y esperamos a que lleguen los servicios de emergencias sin hacer nada.
 - ➔ Le realizamos las maniobras de desobstrucción de la vía aérea.
 - ➔ La animamos a toser y a que se posicione en una postura que facilite la salida de lo que le está provocando la obstrucción.
7. Vamos en la moto y sufrimos una caída , vemos que nuestro compañero está consciente, pero no puede moverse bien,¿Qué hacemos?
 - ➔ Le quitamos el casco a ver si respira mejor y se recupera.
 - ➔ Cogemos a nuestro amigo y lo metemos en un coche que ha venido para llevarlo al hospital.
 - ➔ Impedir que se mueva y vigilar a la persona, avisar al 1-1-2 y explicar la situación.

POST-TEST TALLER TALLER PARA JÓVENES DE ESO O QUE HAN FINALIZADO LA ESO Y SON MENORES DE EDAD.

EDAD_____ SEXO_____CURSO_____

1. Ante una persona que se queda inconsciente de forma súbita, lo PRIMERO que debemos hacer es:
 - ➔ Avisar al 061.
 - ➔ Avisar al 112.
 - ➔ Abrir la vía aérea y comprobar si respira.
 - ➔ Posicionar a la persona boca arriba y le levantamos las piernas.
2. Sabemos que una persona está en Parada Cardiorrespiratoria si:
 - ➔ Está inconsciente, no respira o no lo hace de forma normal
 - ➔ Está inconsciente, no respira y le tomamos el pulso y tampoco tiene pulso.
 - ➔ Está inconsciente y azul.
3. Las compresiones torácicas en el adulto se realizan en...
 - ➔ En el esternón, dos dedos por encima del final del mismo.
 - ➔ En el pecho, en el lado izquierdo que es donde está el corazón.
 - ➔ En el esternón, en el centro del pecho.
4. Una persona sufre una parada Cardiorrespiratoria en un centro comercial, en este centro hay un desfibrilador y desde el 1-1-2 nos dicen que lo utilicemos ¿Qué harías?
 - ➔ No lo utilizamos, no somos personal sanitario y no se debe de utilizar.
 - ➔ Lo utilizamos porque es muy seguro.
 - ➔ Lo dejamos preparado para que lo utilicen los servicios sanitarios cuando lleguen.

5. Una persona que está al lado nuestro se marea y se desmaya, comprobamos que SI respira, ¿Qué hacemos?
 - ➔ La tumbamos boca arriba y le levantamos las piernas.
 - ➔ Nada, la dejamos como está, que respira y está viva.
 - ➔ La ponemos en Posición Lateral de Seguridad.
6. Una persona se está atragantando con algo que ha comido, observamos que puede toser de forma eficaz, ¿qué hacemos?
 - ➔ Llamamos al 112 y esperamos a que lleguen los servicios de emergencias sin hacer nada.
 - ➔ Le realizamos las maniobras de desobstrucción de la vía aérea.
 - ➔ La animamos a toser y a que se posicione en una postura que facilite la salida de lo que le está provocando la obstrucción.
7. Vamos en la moto y sufrimos una caída , vemos que nuestro compañero está consciente, pero no puede moverse bien,¿qué hacemos?
 - ➔ Le quitamos el casco a ver si respira mejor y se recupera.
 - ➔ Cogemos a nuestro amigo y lo metemos en un coche que ha venido para llevarlo al hospital.
 - ➔ Impedir que se mueva y vigilar a la persona, avisar al 1-1-2 y explicar la situación.

ENCUESTA DE SATISFACCIÓN

Puntúe del 1 al 5 las siguientes enunciados, donde 1 es estoy en desacuerdo y 5 estoy muy de acuerdo

1. ¿Le parece importante aprender a realizar la RCP, aprender a manejar los atragantamientos y aprender Primeros Auxilios?

2. ¿Piensa que lo aprendido en este taller le será útil en su vida diaria?

3. ¿Ha sido dinámico y divertido el desarrollo del taller?

4. ¿Aconsejaría este taller a otras personas que están estudiando ESO o Bachiller?

5. ¿Cree que la docente está capacitada para dar el taller?

6. En esta parte le pido que anote su propia opinión sobre el taller, si cree que debe cambiar alguna parte del taller o si añadiría algo más o si quiere dar las gracias.

ANEXO 10. PRE-TEST TALLER PARA ADULTOS MAYORES DE 18 AÑOS

EDAD _____ SEXO _____ PROFESIÓN _____

1. Ante una persona que se queda inconsciente de forma súbita, lo PRIMERO que debemos hacer es:
 - ➔ Avisar al 061.
 - ➔ Avisar al 112.
 - ➔ Abrir la vía aérea y comprobar si respira.
 - ➔ Posicionar a la persona boca arriba y le levantamos las piernas.
2. Sabemos que una persona está en Parada Cardiorrespiratoria si:
 - ➔ Está inconsciente, no respira o no lo hace de forma normal
 - ➔ Está inconsciente, no respira y le tomamos el pulso y tampoco tiene pulso.
 - ➔ Está inconsciente y azul.
3. Las compresiones torácicas en el adulto se realizan en...
 - ➔ En el esternón, dos dedos por encima del final del mismo.
 - ➔ En el pecho, en el lado izquierdo que es donde está el corazón.
 - ➔ En el esternón, en el centro del pecho.
4. Una persona sufre una parada Cardiorrespiratoria en un centro comercial, en este centro hay un desfibrilador y desde el 1-1-2 nos dicen que lo utilicemos ¿Qué harías?
 - ➔ No lo utilizamos, no somos personal sanitario y no se debe de utilizar.
 - ➔ Lo utilizamos porque es muy seguro.
 - ➔ Lo dejamos preparado para que lo utilicen los servicios sanitarios cuando lleguen.

5. Una persona que está al lado nuestro se marea y se desmaya, comprobamos que SI respira, ¿Qué hacemos?
 - ➔ La tumbamos boca arriba y le levantamos las piernas.
 - ➔ Nada, la dejamos como está, que respira y está viva.
 - ➔ La ponemos en Posición Lateral de Seguridad.
6. Una persona se está atragantando con algo que ha comido, observamos que puede toser de forma eficaz, ¿qué hacemos?
 - ➔ Llamamos al 112 y esperamos a que lleguen los servicios de emergencias sin hacer nada.
 - ➔ Le realizamos las maniobras de desobstrucción de la vía aérea.
 - ➔ La animamos a toser y a que se posicione en una postura que facilite la salida de lo que le está provocando la obstrucción.
7. Una persona que se encuentra en el supermercado, dice que le va a dar una crisis convulsiva y seguidamente se queda inconsciente y se pone a convulsionar, ¿Qué hacemos?
 - ➔ Nada, la dejamos que convulsione y le ponemos algo debajo de la cabeza para que no se dé golpes.
 - ➔ Le abrimos la boca y le ponemos algo para que no se muerda la boca, si no puede abrirla la forzamos a que la abra.
 - ➔ Cogemos a la persona con fuerza para que no se haga daño con la convulsión.
8. Estamos en la plaza y vemos que hay una persona que está en el suelo casi inconsciente, que no reacciona de forma normal y que está empapada de sudor frío. Su acompañante nos dice que esa persona es diabética ¿Qué podemos hacer?
 - ➔ Probablemente sea una bajada de azúcar, le ponemos un sobre de azúcar debajo de la lengua.
 - ➔ Probablemente sea una subida de azúcar, le decimos al familiar que le ponga más insulina.
 - ➔ Nada, no hay nada que hacer hasta que lleguen los sanitarios.

POST-TEST TALLER PARA MAYORES DE 18 AÑOS

EDAD _____ SEXO _____ PROFESIÓN _____

1. Ante una persona que se queda inconsciente de forma súbita, lo PRIMERO que debemos hacer es:
 - ➔ Avisar al 061.
 - ➔ Avisar al 112.
 - ➔ Abrir la vía aérea y comprobar si respira.
 - ➔ Posicionar a la persona boca arriba y le levantamos las piernas.
2. Sabemos que una persona está en Parada Cardiorrespiratoria si:
 - ➔ Está inconsciente, no respira o no lo hace de forma normal
 - ➔ Está inconsciente, no respira y le tomamos el pulso y tampoco tiene pulso.
 - ➔ Está inconsciente y azul.
3. Las compresiones torácicas en el adulto se realizan en...
 - ➔ En el esternón, dos dedos por encima del final del mismo.
 - ➔ En el pecho, en el lado izquierdo que es donde está el corazón.
 - ➔ En el esternón, en el centro del pecho.
4. Una persona sufre una parada Cardiorrespiratoria en un centro comercial, en este centro hay un desfibrilador y desde el 1-1-2 nos dicen que lo utilicemos ¿Qué harías?
 - ➔ No lo utilizamos, no somos personal sanitario y no se debe de utilizar.
 - ➔ Lo utilizamos porque es muy seguro.
 - ➔ Lo dejamos preparado para que lo utilicen los servicios sanitarios cuando lleguen.

5. Una persona que está al lado nuestro se marea y se desmaya, comprobamos que SI respira, ¿Qué hacemos?
 - ➔ La tumbamos boca arriba y le levantamos las piernas.
 - ➔ Nada, la dejamos como está, que respira y está viva.
 - ➔ La ponemos en Posición Lateral de Seguridad.
6. Una persona se está atragantando con algo que ha comido, observamos que puede toser de forma eficaz, ¿qué hacemos?
 - ➔ Llamamos al 112 y esperamos a que lleguen los servicios de emergencias sin hacer nada.
 - ➔ Le realizamos las maniobras de desobstrucción de la vía aérea.
 - ➔ La animamos a toser y a que se posicione en una postura que facilite la salida de lo que le está provocando la obstrucción.
7. Una persona que se encuentra en el supermercado, dice que le va a dar una crisis convulsiva y seguidamente se queda inconsciente y se pone a convulsionar, ¿Qué hacemos?
 - ➔ Nada, la dejamos que convulsione y le ponemos algo debajo de la cabeza para que no se dé golpes.
 - ➔ Le abrimos la boca y le ponemos algo para que no se muerda la boca, si no puede abrirla la forzamos a que la abra.
 - ➔ Cogemos a la persona con fuerza para que no se haga daño con la convulsión.
8. Estamos en la plaza y vemos que hay una persona que está en el suelo casi inconsciente, que no reacciona de forma normal y que está empapada de sudor frío. Su acompañante nos dice que esa persona es diabética. ¿Qué podemos hacer?
 - ➔ Probablemente sea una bajada de azúcar, le ponemos un sobre de azúcar debajo de la lengua.
 - ➔ Probablemente sea una subida de azúcar, le decimos al familiar que le ponga más insulina.
 - ➔ Nada, no hay nada que hacer hasta que lleguen los sanitarios.

ENCUESTA DE SATISFACCIÓN

Puntúe del 1 al 5 las siguientes enunciados, donde 1 es estoy en desacuerdo y 5 estoy muy de acuerdo

1. ¿Le parece importante aprender a realizar la RCP, aprender a manejar los atragantamientos y aprender Primeros Auxilios?
2. ¿Piensa que lo aprendido en este taller le será útil en su vida diaria?
3. ¿Ha sido dinámico y divertido el desarrollo del taller?
4. ¿Aconsejaría este taller a otras personas?
5. ¿Cree que la docente está capacitada para dar el taller?
6. En esta parte le pido que anote su propia opinión sobre el taller, si cree que debe cambiar alguna parte del taller o si añadiría algo más o si quiere dar las gracias.

ANEXO 11. PRE-TEST TALLER PARA PAPÁS Y MAMÁS

EDAD _____ SEXO _____ PROFESIÓN _____

1. Ante una persona que se queda inconsciente de forma súbita, lo PRIMERO que debemos hacer es:
 - ➔ Avisar al 061.
 - ➔ Avisar al 112.
 - ➔ Abrir la vía aérea y comprobar si respira.
 - ➔ Posicionar a la persona boca arriba y levantar las piernas.
2. Sabemos que una persona está en Parada Cardiorrespiratoria si:
 - ➔ Está inconsciente, no respira o no lo hace de forma normal
 - ➔ Está inconsciente, no respira y le tomamos el pulso y tampoco tiene pulso.
 - ➔ Está inconsciente y azul.
3. Las compresiones torácicas en el adulto se realizan en...
 - ➔ En el externo, dos dedos por encima del final del mismo.
 - ➔ En el pecho, en el lado izquierdo que es donde está el corazón.
 - ➔ En el esternón, en el centro del pecho.
4. Una persona sufre una parada Cardiorrespiratoria en un centro comercial, en este centro hay un desfibrilador y desde el 1-1-2 nos dicen que lo utilicemos ¿Qué harías?
 - ➔ No lo utilizamos, no somos personal sanitario y no se debe de utilizar.
 - ➔ Lo utilizamos porque es muy seguro.
 - ➔ Lo dejamos preparado para que lo utilicen los servicios sanitarios cuando lleguen.

5. Una persona que está al lado nuestro se marea y se desmaya, comprobamos que SI respira, ¿Qué hacemos?
 - ➔ La tumbamos boca arriba y le levantamos las piernas.
 - ➔ Nada, la dejamos como está, que respira y está viva.
 - ➔ La ponemos en Posición Lateral de Seguridad.
6. Una persona se está atragantando con algo que ha comido, observamos que puede toser de forma eficaz, ¿qué hacemos?
 - ➔ Llamamos al 112 y esperamos a que lleguen los servicios de emergencias sin hacer nada.
 - ➔ Le realizamos las maniobras de desobstrucción de la vía aérea.
 - ➔ La animamos a toser y a que se posicione en una postura que facilite la salida de lo que le está provocando la obstrucción.
7. Una niña que está mala empieza a quedarse dormida de forma súbita y convulsiona. ¿Qué hacemos?
 - ➔ Dejamos que convulsione, la ponemos de lado y llamamos al 1-1-2 y esperamos tranquilamente a los servicios sanitarios.
 - ➔ Cogemos a la niña y la montamos rápidamente en el coche y vamos corriendo al centro sanitario más cercano.
 - ➔ Le metemos algo en la boca para que no se trague la lengua.
8. Durante la noche un niño se despierta con tos que no para y que suena raro, como la tos de un perro, al niño parece que le cuesta respirar. ¿Qué hacemos?
 - ➔ Ponemos al niño delante del congelador abierto o lo sacamos al balcón y lo trasladamos al centro sanitario con las ventanas del coche bajadas.
 - ➔ Lo llevamos directamente al centro sanitario con prisas y con las ventanillas subidas.
 - ➔ Le damos jarabe para la tos.

POST-TEST TALLER DE MAMÁS Y PAPÁS

EDAD _____ SEXO _____ PROFESIÓN _____

1. Ante una persona que se queda inconsciente de forma súbita, lo PRIMERO que debemos hacer es:
 - ➔ Avisar al 061.
 - ➔ Avisar al 112.
 - ➔ Abrir la vía aérea y comprobar si respira.
 - ➔ Posicionar a la persona boca arriba y levantar las piernas.
2. Sabemos que una persona está en Parada Cardiorrespiratoria si:
 - ➔ Está inconsciente, no respira o no lo hace de forma normal
 - ➔ Está inconsciente, no respira y le tomamos el pulso y tampoco tiene pulso.
 - ➔ Está inconsciente y azul.
3. Las compresiones torácicas en el adulto se realizan en...
 - ➔ En el esternón, dos dedos por encima del final del mismo.
 - ➔ En el pecho, en el lado izquierdo que es donde está el corazón.
 - ➔ En el esternón, en el centro del pecho.
4. Una persona sufre una parada Cardiorrespiratoria en un centro comercial, en este centro hay un desfibrilador y desde el 1-1-2 nos dicen que lo utilicemos ¿Qué harías?
 - ➔ No lo utilizamos, no somos personal sanitario y no se debe de utilizar.
 - ➔ Lo utilizamos porque es muy seguro.
 - ➔ Lo dejamos preparado para que lo utilicen los servicios sanitarios cuando lleguen.
5. Una persona que está al lado nuestro se mareo y se desmaya, comprobamos que SI respira, ¿Qué hacemos?
 - ➔ La tumbamos boca arriba y le levantamos las piernas.
 - ➔ Nada, la dejamos como está, que respira y está viva.

- La ponemos en Posición Lateral de Seguridad.
6. Una persona se está atragantando con algo que ha comido, observamos que puede toser de forma eficaz, ¿qué hacemos?
- Llamamos al 112 y esperamos a que lleguen los servicios de emergencias sin hacer nada.
 - Le realizamos las maniobras de desobstrucción de la vía aérea.
 - La animamos a toser y a que se posicione en una postura que facilite la salida de lo que le está provocando la obstrucción.
7. Una niña que está mala empieza a quedarse dormida de forma súbita y convulsiona. ¿Qué hacemos?
- Dejamos que convulsione, la ponemos de lado y llamamos al 1-1-2 y esperamos tranquilamente a los servicios sanitarios.
 - Cogemos a la niña y la montamos rápidamente en el coche y vamos corriendo al centro sanitario más cercano.
 - Le metemos algo en la boca para que no se trague la lengua.
8. Durante la noche un niño se despierta con tos que no para y que suena raro, como la tos de un perro, al niño parece que le cuesta respirar. ¿Qué hacemos?
- Ponemos al niño delante del congelador abierto o lo sacamos al balcón y lo trasladamos al centro sanitario con las ventanas del coche bajadas.
 - Lo llevamos directamente al centro sanitario con prisas y con las ventanillas subidas.
 - Le damos jarabe para la tos.

ENCUESTA DE SATISFACCIÓN

Puntúe del 1 al 5 las siguientes enunciados, donde 1 es estoy en desacuerdo y 5 estoy muy de acuerdo

1. ¿Le parece importante aprender a realizar la RCP, aprender a manejar los atragantamientos y aprender Primeros Auxilios?
2. ¿Piensa que lo aprendido en este taller le será útil en su vida diaria?

3. ¿Ha sido dinámico y divertido el desarrollo del taller?
4. ¿Aconsejaría este taller a otros papás o mamás?
5. ¿Cree que la docente está capacitada para dar el taller?
6. En esta parte le pido que anote su propia opinión sobre el taller, si cree que debe cambiar alguna parte del taller o si añadiría algo más o si quiere dar las gracias.

ANEXO 12. PRE-TEST TALLER PARA PERSONAS DE LA TERCERA EDAD

EDAD _____ SEXO _____

1. Ante una persona que se queda inconsciente de forma súbita, lo PRIMERO que debemos hacer es:
 - ➔ Avisar al 061.
 - ➔ Avisar al 112.
 - ➔ Abrir la vía aérea y comprobar si respira.
 - ➔ Posicionar a la persona boca arriba y le levantamos las piernas.
2. Sabemos que una persona está en Parada Cardiorrespiratoria si:
 - ➔ Está inconsciente, no respira o no lo hace de forma normal
 - ➔ Está inconsciente, no respira y le tomamos el pulso y tampoco tiene pulso.
 - ➔ Está inconsciente y azul.
3. Las compresiones torácicas en el adulto se realizan en...
 - ➔ En el esternón, dos dedos por encima del final del mismo.
 - ➔ En el pecho, en el lado izquierdo que es donde está el corazón.
 - ➔ En el esternón, en el centro del pecho.
4. Una persona sufre una parada Cardiorrespiratoria en un centro comercial, en este centro hay un desfibrilador y desde el 1-1-2 nos dicen que lo utilicemos ¿Qué harías?
 - ➔ No lo utilizamos, no somos personal sanitario y no se debe de utilizar.
 - ➔ Lo utilizamos porque es muy seguro.
 - ➔ Lo dejamos preparado para que lo utilicen los servicios sanitarios cuando lleguen.
5. Una persona que está al lado nuestro se mareo y se desmaya, comprobamos que SI respira, ¿Qué hacemos?
 - ➔ La tumbamos boca arriba y le levantamos las piernas.
 - ➔ Nada, la dejamos como está, que respira y está viva.
 - ➔ La ponemos en Posición Lateral de Seguridad.

6. Una persona se está atragantando con algo que ha comido, observamos que puede toser de forma eficaz, ¿qué hacemos?
 - ➔ Llamamos al 112 y esperamos a que lleguen los servicios de emergencias sin hacer nada.
 - ➔ Le realizamos las maniobras de desobstrucción de la vía aérea.
 - ➔ La animamos a toser y a que se posicione en una postura que facilite la salida de lo que le está provocando la obstrucción.

7. Estamos en la plaza y vemos que hay una persona que está en el suelo casi inconsciente, que no reacciona de forma normal y que está empapada de sudor frío. Su acompañante nos dice que esa persona es diabética ¿Qué podemos hacer?
 - ➔ Probablemente sea una bajada de azúcar, le ponemos un sobre de azúcar debajo de la lengua.
 - ➔ Probablemente sea una subida de azúcar, le decimos al familiar que le ponga más insulina.
 - ➔ Nada, no hay nada que hacer hasta que lleguen los sanitarios.

POST-TEST TALLER PARA LAS PERSONAS DE LA TERCERA EDAD

EDAD _____ SEXO _____

1. Ante una persona que se queda inconsciente de forma súbita, lo PRIMERO que debemos hacer es:
 - ➔ Avisar al 061.
 - ➔ Avisar al 112.
 - ➔ Abrir la vía aérea y comprobar si respira.
 - ➔ Posicionar a la persona boca arriba y le levantamos las piernas.
2. Sabemos que una persona está en Parada Cardiorrespiratoria si:
 - ➔ Está inconsciente, no respira o no lo hace de forma normal
 - ➔ Está inconsciente, no respira y le tomamos el pulso y tampoco tiene pulso.
 - ➔ Está inconsciente y azul.
3. Las compresiones torácicas en el adulto se realizan en...
 - ➔ En el esternón, dos dedos por encima del final del mismo.
 - ➔ En el pecho, en el lado izquierdo que es donde está el corazón.
 - ➔ En el esternón, en el centro del pecho.
4. Una persona sufre una parada Cardiorrespiratoria en un centro comercial, en este centro hay un desfibrilador y desde el 1-1-2 nos dicen que lo utilicemos ¿Qué harías?
 - ➔ No lo utilizamos, no somos personal sanitario y no se debe de utilizar.
 - ➔ Lo utilizamos porque es muy seguro.
 - ➔ Lo dejamos preparado para que lo utilicen los servicios sanitarios cuando lleguen.

5. Una persona que está al lado nuestro se marea y se desmaya, comprobamos que SI respira, ¿Qué hacemos?
 - ➔ La tumbamos boca arriba y le levantamos las piernas.
 - ➔ Nada, la dejamos como está, que respira y está viva.
 - ➔ La ponemos en Posición Lateral de Seguridad.
6. Una persona se está atragantando con algo que ha comido, observamos que puede toser de forma eficaz, ¿qué hacemos?
 - ➔ Llamamos al 112 y esperamos a que lleguen los servicios de emergencias sin hacer nada.
 - ➔ Le realizamos las maniobras de desobstrucción de la vía aérea.
 - ➔ La animamos a toser y a que se posicione en una postura que facilite la salida de lo que le está provocando la obstrucción.
7. Estamos en la plaza y vemos que hay una persona que está en el suelo casi inconsciente, que no reacciona de forma normal y que está empapada de sudor frío. Su acompañante nos dice que esa persona es diabética. ¿Qué podemos hacer?
 - ➔ Probablemente sea una bajada de azúcar, le ponemos un sobre de azúcar debajo de la lengua.
 - ➔ Probablemente sea una subida de azúcar, le decimos al familiar que le ponga más insulina.
 - ➔ Nada, no hay nada que hacer hasta que lleguen los sanitarios.

ENCUESTA DE SATISFACCIÓN

Puntúe del 1 al 5 las siguientes enunciados, donde 1 es estoy en desacuerdo y 5 estoy muy de acuerdo

1. ¿Le parece importante aprender a realizar la RCP, aprender a manejar los atragantamientos y aprender Primeros Auxilios?
2. ¿Piensa que lo aprendido en este taller le será útil en su vida diaria?

3. ¿Ha sido dinámico y divertido el desarrollo del taller?

4. ¿Aconsejaría este taller a otras personas de la Tercera Edad?

5. ¿Cree que la docente está capacitada para dar el taller?

6. En esta parte le pido que anote su propia opinión sobre el taller, si cree que debe cambiar alguna parte del taller o si añadiría algo más o si quiere dar las gracias.

ANEXO 13. PRE-TEST TALLER PARA LA POLICÍA LOCAL

EDAD _____ SEXO _____

1. Ante una persona que se queda inconsciente de forma súbita, lo PRIMERO que debemos hacer es:
 - Avisar al 112.
 - Abrir la vía aérea y comprobar si respira.
 - Posicionar a la persona boca arriba y le levantamos las piernas.
2. Sabemos que una persona está en Parada Cardiorrespiratoria si:
 - Está inconsciente, no respira o no lo hace de forma normal
 - Está inconsciente, no respira y le tomamos el pulso y tampoco tiene pulso.
 - Está inconsciente y azul.
3. Las compresiones torácicas en el adulto se realizan en...
 - En el esternón, dos dedos por encima del final del mismo.
 - En el pecho, en el lado izquierdo que es donde está el corazón.
 - En el esternón, en el centro del pecho.
4. Una persona sufre una parada Cardiorrespiratoria en un centro comercial, en este centro hay un desfibrilador y desde el 1-1-2 nos dicen que lo utilicemos ¿Qué harías?
 - No lo utilizamos, no somos personal sanitario y no se debe de utilizar.
 - Lo utilizamos porque es muy seguro.
 - Lo dejamos preparado para que lo utilicen los servicios sanitarios cuando lleguen.
5. Una persona que está al lado nuestro se mareo y se desmaya, comprobamos que SI respira, ¿Qué hacemos?
 - La tumbamos boca arriba y le levantamos las piernas.
 - Nada, la dejamos como está, que respira y está viva.
 - La ponemos en Posición Lateral de Seguridad.

6. Una persona se está atragantando con algo que ha comido, observamos que puede toser de forma eficaz, ¿qué hacemos?

- ➔ Llamamos al 112 y esperamos a que lleguen los servicios de emergencias sin hacer nada.
- ➔ Le realizamos las maniobras de desobstrucción de la vía aérea.
- ➔ La animamos a toser y a que se posicione en una postura que facilite la salida de lo que le está provocando la obstrucción.

7. Estamos en la plaza y vemos que hay una persona que está en el suelo casi inconsciente, que no reacciona de forma normal y que está empapada de sudor frío. Su acompañante nos dice que esa persona es diabética ¿Qué podemos hacer?

- ➔ Probablemente sea una bajada de azúcar, le ponemos un sobre de azúcar debajo de la lengua.
- ➔ Probablemente sea una subida de azúcar, le decimos al familiar que le ponga más insulina.
- ➔ Nada, no hay nada que hacer hasta que lleguen los sanitarios.

8. Una persona que se encuentra en el supermercado, dice que le va a dar una crisis convulsiva y seguidamente se queda inconsciente y se pone a convulsionar, ¿Qué hacemos?

- ➔ Nada, la dejamos que convulsione y le ponemos algo debajo de la cabeza para que no se dé golpes.
- ➔ Le abrimos la boca y le ponemos algo para que no se muerda la boca, si no puede abrirla la forzamos a que la abra.
- ➔ Cogemos a la persona con fuerza para que no se haga daño con la convulsión.

POST-TEST TALLER PARA LA POLICÍA LOCAL

EDAD _____ SEXO _____

1. Ante una persona que se queda inconsciente de forma súbita, lo PRIMERO que debemos hacer es:
 - ➔ Avisar al 061.
 - ➔ Avisar al 112.
 - ➔ Abrir la vía aérea y comprobar si respira.
 - ➔ Posicionar a la persona boca arriba y le levantamos las piernas.
2. Sabemos que una persona está en Parada Cardiorrespiratoria si:
 - ➔ Está inconsciente, no respira o no lo hace de forma normal
 - ➔ Está inconsciente, no respira y le tomamos el pulso y tampoco tiene pulso.
 - ➔ Está inconsciente y azul.
3. Las compresiones torácicas en el adulto se realizan en...
 - ➔ En el esternón, dos dedos por encima del final del mismo.
 - ➔ En el pecho, en el lado izquierdo que es donde está el corazón.
 - ➔ En el esternón, en el centro del pecho.
4. Una persona sufre una parada Cardiorrespiratoria en un centro comercial, en este centro hay un desfibrilador y desde el 1-1-2 nos dicen que lo utilicemos ¿Qué harías?
 - ➔ No lo utilizamos, no somos personal sanitario y no se debe de utilizar.
 - ➔ Lo utilizamos porque es muy seguro.
 - ➔ Lo dejamos preparado para que lo utilicen los servicios sanitarios cuando lleguen.

5. Una persona que está al lado nuestro se marea y se desmaya, comprobamos que SI respira, ¿Qué hacemos?
 - ➔ La tumbamos boca arriba y le levantamos las piernas.
 - ➔ Nada, la dejamos como está, que respira y está viva.
 - ➔ La ponemos en Posición Lateral de Seguridad.
6. Una persona se está atragantando con algo que ha comido, observamos que puede toser de forma eficaz, ¿qué hacemos?
 - ➔ Llamamos al 112 y esperamos a que lleguen los servicios de emergencias sin hacer nada.
 - ➔ Le realizamos las maniobras de desobstrucción de la vía aérea.
 - ➔ La animamos a toser y a que se posicione en una postura que facilite la salida de lo que le está provocando la obstrucción.
7. Estamos en la plaza y vemos que hay una persona que está en el suelo casi inconsciente, que no reacciona de forma normal y que está empapada de sudor frío. Su acompañante nos dice que esa persona es diabética. ¿Qué podemos hacer?
 - ➔ Probablemente sea una bajada de azúcar, le ponemos un sobre de azúcar debajo de la lengua.
 - ➔ Probablemente sea una subida de azúcar, le decimos al familiar que le ponga más insulina.
 - ➔ Nada, no hay nada que hacer hasta que lleguen los sanitarios.
8. Una persona que se encuentra en el supermercado, dice que le va a dar una crisis convulsiva y seguidamente se queda inconsciente y se pone a convulsionar, ¿Qué hacemos?
 - ➔ Nada, la dejamos que convulsione y le ponemos algo debajo de la cabeza para que no se dé golpes.
 - ➔ Le abrimos la boca y le ponemos algo para que no se muerda la boca, si no puede abrirla la forzamos a que la abra.
 - ➔ Cogemos a la persona con fuerza para que no se haga daño con la convulsión.

ENCUESTA DE SATISFACCIÓN

Puntúe del 1 al 5 las siguientes preguntas, donde 1 es estoy en desacuerdo y 5 estoy muy de acuerdo

1. ¿Le parece importante aprender a realizar la RCP, aprender a manejar los atragantamientos y aprender Primeros Auxilios?
2. ¿Piensa que lo aprendido en este taller le será útil en su vida diaria?
3. ¿Ha sido dinámico y divertido el desarrollo del taller?
4. ¿Aconsejaría este taller a otros Policías?
5. ¿Cree que la docente está capacitada para dar el taller?
6. Desde su experiencia¿Añadiría algo más al taller que usted considere importante y que no se haya tratado?
7. En esta parte le pido que anote su propia opinión sobre el taller, si cree que debe cambiar alguna parte del taller o si añadiría algo más o si quiere dar las gracias.

ANEXO 14 PRE-TEST TALLER PARA MONITORES Y ENTRENADORES

EDAD _____ SEXO _____ GRUPO CON EL QUE TRABAJA _____

1. Ante una persona que se queda inconsciente de forma súbita, lo PRIMERO que debemos hacer es:
 - ➔ Avisar al 112.
 - ➔ Avisar al 061.
 - ➔ Abrir la vía aérea y comprobar si respira.
 - ➔ Posicionar a la persona boca arriba y le levantamos las piernas.
2. Sabemos que una persona está en Parada Cardiorrespiratoria si:
 - ➔ Está inconsciente, no respira o no lo hace de forma normal
 - ➔ Está inconsciente, no respira y le tomamos el pulso y tampoco tiene pulso.
 - ➔ Está inconsciente y azul.
3. Las compresiones torácicas en el adulto se realizan en...
 - ➔ En el esternón, dos dedos por encima del final del mismo.
 - ➔ En el pecho, en el lado izquierdo que es donde está el corazón.
 - ➔ En el esternón, en el centro del pecho.
4. Una persona sufre una parada Cardiorrespiratoria en un centro comercial, en este centro hay un desfibrilador y desde el 1-1-2 nos dicen que lo utilicemos ¿Qué harías?
 - ➔ No lo utilizamos, no somos personal sanitario y no se debe de utilizar.
 - ➔ Lo utilizamos porque es muy seguro.
 - ➔ Lo dejamos preparado para que lo utilicen los servicios sanitarios cuando lleguen.
5. Una niña que está jugando al fútbol se da un golpe contra otro niño y cae al suelo inconsciente. ¿Qué hacemos?
 - ➔ La tumbamos boca arriba y le levantamos las piernas.
 - ➔ Nada, la dejamos como está, que respira y está viva.
 - ➔ La ponemos en Posición Lateral de Seguridad.

6. Una persona se está atragantando con algo que ha comido, observamos que puede toser de forma eficaz, ¿qué hacemos?
 - ➔ Llamamos al 112 y esperamos a que lleguen los servicios de emergencias sin hacer nada.
 - ➔ Le realizamos las maniobras de desobstrucción de la vía aérea.
 - ➔ La animamos a toser y a que se posicione en una postura que facilite la salida de lo que le está provocando la obstrucción.

7. Un niño que está jugando al baloncesto empieza con comportamiento extraño, no reacciona adecuadamente y tiene sudor frío. ¿Qué podemos hacer?
 - ➔ Probablemente sea una bajada de azúcar, le ponemos un sobre de azúcar debajo de la lengua.
 - ➔ Probablemente sea una subida de azúcar, le decimos al familiar que traiga y le ponga más insulina.
 - ➔ Nada, no hay nada que hacer hasta que lleguen los sanitarios.

8. Una niña está trepando por la red de un parque y cae al suelo de una altura de 2 metros. Está inconsciente, pero Sí respira. ¿Qué hacemos?
 - ➔ Dejamos a la niña como está, avisamos al 1-1-2 y esperamos a los sanitarios vigilando que la niña sigue respirando.
 - ➔ Cogemos a la niña y la llevamos con rapidez al centro sanitario más cercano.
 - ➔ Ponemos a la niña en Posición Lateral de Seguridad.

POST-TEST GRUPO DE MONITORES Y ENTRENADORES

EDAD _____ SEXO _____ GRUPO CON EL QUE TRABAJA _____

1. Ante una persona que se queda inconsciente de forma súbita, lo PRIMERO que debemos hacer es:
 - ➔ Avisar al 061.
 - ➔ Avisar al 112.
 - ➔ Abrir la vía aérea y comprobar si respira.
 - ➔ Posicionar a la persona boca arriba y le levantamos las piernas.
2. Sabemos que una persona está en Parada Cardiorrespiratoria si:
 - ➔ Está inconsciente, no respira o no lo hace de forma normal
 - ➔ Está inconsciente, no respira y le tomamos el pulso y tampoco tiene pulso.
 - ➔ Está inconsciente y azul.
3. Las compresiones torácicas en el adulto se realizan en...
 - ➔ En el esternón, dos dedos por encima del final del mismo.
 - ➔ En el pecho, en el lado izquierdo que es donde está el corazón.
 - ➔ En el esternón, en el centro del pecho.
4. Una persona sufre una parada Cardiorrespiratoria en un centro comercial, en este centro hay un desfibrilador y desde el 1-1-2 nos dicen que lo utilicemos ¿Qué harías?
 - ➔ No lo utilizamos, no somos personal sanitario y no se debe de utilizar.
 - ➔ Lo utilizamos porque es muy seguro.
 - ➔ Lo dejamos preparado para que lo utilicen los servicios sanitarios cuando lleguen.

5. Una niña que está jugando al fútbol se da un golpe contra otro niño y cae al suelo inconsciente. ¿Qué hacemos?
 - ➔ La tumbamos boca arriba y le levantamos las piernas.
 - ➔ Nada, la dejamos como está, que respira y está viva.
 - ➔ La ponemos en Posición Lateral de Seguridad.
6. Una persona se está atragantando con algo que ha comido, observamos que puede toser de forma eficaz, ¿qué hacemos?
 - ➔ Llamamos al 112 y esperamos a que lleguen los servicios de emergencias sin hacer nada.
 - ➔ Le realizamos las maniobras de desobstrucción de la vía aérea.
 - ➔ La animamos a toser y a que se posicione en una postura que facilite la salida de lo que le está provocando la obstrucción.
7. Un niño que está jugando al baloncesto empieza con comportamiento extraño, no reacciona adecuadamente y tiene sudor frío. ¿Qué podemos hacer?
 - ➔ Probablemente sea una bajada de azúcar, le ponemos un sobre de azúcar debajo de la lengua.
 - ➔ Probablemente sea una subida de azúcar, le decimos al familiar que traiga y le ponga más insulina.
 - ➔ Nada, no hay nada que hacer hasta que lleguen los sanitarios.
8. Una niña está trepando por la red de un parque y cae al suelo de una altura de 2 metros. Está inconsciente, pero Sí respira. ¿Qué hacemos?
 - ➔ Dejamos a la niña como está, avisamos al 1-1-2 y esperamos a los sanitarios vigilando que la niña sigue respirando.
 - ➔ Cogemos a la niña y la llevamos con rapidez al centro sanitario más cercano.
 - ➔ Ponemos a la niña en Posición Lateral de Seguridad.

ENCUESTA DE SATISFACCIÓN

Puntúe del 1 al 5 las siguientes preguntas, donde 1 es estoy en desacuerdo y 5 estoy muy de acuerdo

1. ¿Le parece importante aprender a realizar la RCP, aprender a manejar los atragantamientos y aprender Primeros Auxilios?
2. ¿Piensa que lo aprendido en este taller le será útil en su vida diaria?
3. ¿Ha sido dinámico y divertido el desarrollo del taller?
4. ¿Aconsejaría este taller a otros monitores y/o entrenadores?
5. ¿Cree que la docente está capacitada para dar el taller?
6. Desde su experiencia¿Añadiría algo más al taller que usted considere importante y que no se haya tratado?
7. En esta parte le pido que anote su propia opinión sobre el taller, si cree que debe cambiar alguna parte del taller o si añadiría algo más o si quiere dar las gracias.

BIBLIOGRAFÍA:

1. Barry T, Doheny MC, Masterson S, Conroy N, Klimas J, Segurado R, Codd M, Bury G. Community first responders for out-of-hospital cardiac arrest in adults and children. Cochrane Database of Systematic Reviews 2019, Issue 7. Art. No.: CD012764. DOI: 0.1002/14651858.CD012764.pub2.
2. Garcia Martinez JC, Martinez Hernandez VV, Casas Salmerón MA. Granero Molina J, Fernandez Sola C, López Rodriguez MM. Estrategia de entrenamiento práctico en RCP para Diseminar Información entre la población general de Almería. THERAPEÍA 10 [Julio 2018], 57-74, ISSN: 1889-6111
3. Cardaba Garcia V. Evaluación de la formación en RCP en las Escuelas Infantiles. Trabajo fin de Máster en Análisis y Gestión en Emergencia y Desastres. Julio 2016.
4. Gazmuri RJ, Alvarez Fernandez JA. Tendencias en Resucitación Cardiopulmonar. Med Intensiva. 2009;33(1):31-9.
5. Recomendaciones RCP de la European Resuscitation Council 2015.
6. Decreto 159/2017, de 6 de Octubre, del Consell, por el que se regula la instalación y uso de desfibriladores automáticos y semiautomáticos externos fuera del ámbito sanitario, en la Comunitat Valenciana.
7. 2017 American Heart Association focused update on pediatric basic life support an cardiopulmonary resuscitation quality. Circulation. 2017;136:00-00.
8. Datos del Padrón Municipal.
<http://documentacion.diputacionalicante.es/4hogares.asp?codigo=03109>. Consultado el 1 de Marzo 2020.
9. INE causas de muerte por Provincias. Consultado el 1 de Marzo de 2020