

# Tecnicatura Superior en Actividad Física y Preparación Física Deportiva

RESOLUCION Nº 221 / 2016

## Programa

Asignatura: **PREVENCION Y PRIMEROS AUXILIOS**  
Área de la Asignatura: **Modulo de Formación General**  
Docente Responsable: **Silva, María Lujan**  
Régimen de dictado: **Cuatrimestral**  
Carga horaria semanal: **3 Horas**  
Carga horaria total: **48 Horas Cátedra**  
Período de dictado: **Cuatrimestral**  
Requisitos para cursarla: **Sin correlatividades**

---

## Caracterización

Este taller aborda información básica para actuar ante diferentes situaciones de emergencia y contempla el aprendizaje de procedimientos y maniobras que permitirán al técnico superior desenvolverse con solvencia en las mismas.

El módulo presenta conocimientos de primeros auxilios y además todo lo relacionado con la prevención de lesiones, factores de riesgo cardiovasculares y situaciones que requieran de una oportuna respuesta por parte de los futuros egresados.

## Expectativas de Logro

Que los estudiantes:

Conozcan las maneras de asistir a una persona accidentada para evitar agravamientos o complicaciones hasta que se concrete la asistencia del profesional de la salud que corresponda según la situación.

Utilicen adecuadamente los procedimientos y maniobras de primeros auxilios a partir del nivel de compromiso de la salud que se perciba sobre la persona accidentada.

Conocer legislación vigente vinculada a los primeros auxilios dentro y fuera del ámbito deportivo.

## Contenidos

### Unidad 1

Concepto Salud y enfermedad. Introducción al estudio y clasificación de los tejidos básicos, concepto y generalidades de órganos, aparatos y sistemas. Concepto y generalidades de aparato locomotor (Posición anatómica-Tipos de huesos y

clasificación- Planos y ejes en conjunción con los términos de movimientos, contracción muscular-Biomecánica básica). Concepto y generalidades del sistema cardiovascular, (Anatomía cardiaca, introducción al sistema sanguíneo, circulación mayor y menor, Sístole y diástole, noción de sistema de conducción, Tensión arterial y presión arterial). Conceptos y generalidades de aparato respiratorio, sistema endocrino, digestivo, renal y nervioso.

## Unidad 2

Medicina del deporte, Apto Físico, Examen de pre participación deportiva; electrocardiograma, ergometría, Examen Postural. Ficha individual del deportista. Biomecánica aplicada al deporte, Actividad física. Concepto de deporte de alto rendimiento. Deficiencia de actividad física, ejercicio físico y aptitud física. La actividad física como actor en la prevención de enfermedades. Introducción a los primeros auxilios y su importancia en el deporte. Diferencia entre urgencia y emergencia. Signos vitales. Primeros auxilios y las leyes. Botiquín de primeros Auxilios

Aparato locomotor, Morfología corporal, Concepto de entrenamiento. Producción y prevención de lesiones extrínsecas e intrínsecas. Lesiones traumatológicas (Fracturas, esguinces, luxaciones, Distensión, Desgarros, Calambres, Tendinitis), Signos y síntomas. Primeros auxilios traumatológicos, Inmovilización y vendaje. Relación entre términos de movimiento durante la actividad física y posibles lesiones. Lesiones de columna vertebral y cabeza, lesiones torácicas, Abdominales y pélvicas.

## Unidad 3

Aparato respiratorio, cardiovascular y locomotor en relación a Sobre entrenamiento y sus consecuencias. Termorregulación y Golpe de calor. Sistema digestivo; concepto hidratación, signos y síntomas ante deshidratación. Primeros auxilios, Bebidas de soporte nutricional. Hipotónicas. Hipertónicas ante deshidratación severa.

Tejido epitelial y sistema circulatorio. Vasos sanguíneos, hemorragias y sus tipos según vaso afectado. Shock hipovolémico. Lesiones en tejido blando, Heridas abiertas, heridas cerradas. Lesiones especiales (Amputación, objetos incrustados). Primeros Auxilios

Quemaduras durante la actividad deportiva, Clasificación de las quemaduras según la causa, Clasificación de las quemaduras por su extensión, Clasificación de las quemaduras por la profundidad. Primeros auxilios

Tipos de shock. Convulsiones. crisis asmática durante la actividad deportiva, intoxicaciones. Síncope, escala de reconocimiento AVDN. Tipos de shock.

## Unidad 4:

sistema cardiovascular. Actividad física como actor en prevención de enfermedades cardiovasculares. Enfermedades cardiovasculares relacionadas con la inactividad física, Concepto de Hipertensión arterial, hipotensión, obesidad, diabetes, hipoglucemia, acv, arteriosclerosis y sedentarismo. Signos y síntomas durante la actividad física, Primeros auxilios cardiovasculares.

Paro cardiorrespiratorio y ataque cardíaco. Desobstrucción de la vía aérea Secuencia de atención del paro cardiorrespiratorio. Muerte súbita. IAM, Angor pectoris. Rcp adultos, niños y lactantes. Desfibrilación externa automática. Situaciones especiales con un DEA. Mantenimiento del DEA. Políticas de acceso público

### Unidad 5

Práctico, contenido unidad -2.3.4. Toma de presión arterial, RCP, DEA, simulacro ante posibles emergencias y urgencias durante la actividad deportiva. Prácticas de maniobra de RCP en adultos, niños y lactantes. Prácticas de maniobra de Heimlich (obstrucción vía aérea) / niños, lactantes, adultos. prácticas de maniobra de Heimlich (obstrucción vía aérea) / Embarazadas y personas con sobrepeso. Simulación de emergencias especiales, técnicas de primer auxilio. • simulación de emergencias -victimas minusválidas. Uso de DEA en adultos, niños, lactantes. Uso de DEA en situaciones especiales- víctimas con marcapaso. - Practicas ante emergencias específicas.

### Unidad 6:

Clasificación y Traslado de víctimas en masa. múltiples víctimas.  
La clasificación por colores-Triage. Víctimas con prioridades para la atención  
Rescate y traslado de víctimas, Rescate en el agua  
Rescate en emergencias eléctricas. Materiales peligrosos.  
Incendios. Tipos de Traslado de víctimas  
*Simulacro practico*

### **Metodología de la enseñanza:**

Se realizarán clases teórico prácticas utilizando herramientas didácticas digitales y pedagógicas vinculadas al eje temático que se presentará en el taller.

### **Criterios de evaluación:**

Se propone un sistema de evaluación continua, de procesos y de resultados a fin de realizar ajustes en las estrategias de enseñanza, de acuerdo al logro de los aprendizajes previstos y a la mejora de la calidad educativa dentro del ámbito de la educación superior. En línea, se implementarán dos evaluaciones escritas individuales y Trabajos prácticos grupales que se deberán exponer en forma oral.

### **Prácticas profesionalizantes:**

Se propone que los estudiantes realicen un trabajo de investigación a miembros de departamentos médicos y kinesiológicos de instituciones deportivas. Podrán utilizar instrumentos estadísticos en forma de cuestionarios o entrevistas, a fin de cuantificar y observar la calidad de los cuidados y tratamientos utilizados en deportología médica.

Por otro lado, se realizarán simulacros ante situaciones de emergencia dentro y fuera del espacio áulico, estos incluirán prácticas de RCP, uso de Dea, traslado de víctimas. Además, se realizará un simulacro de pre examen médico con el objetivo de dar a conocer todas las prácticas médicas y de enfermería a las que se enfrenta un deportista de alto rendimiento, a saber: Toma presión arterial, realización de ECG, Ergometría, holter, entre otras.

Las actividades vinculadas a la práctica profesionalizantes implican el 30 % del total de la carga horaria establecida para el módulo.

### Bibliografía

- 1) Anatomía clínica, Capitulo 1, Dr. Eduardo Pro, editorial panamericana, 2012.
- 2) Fisiología humana aplicada a las ciencias de la salud, Carlos F. Reyes Toso; Laura M. Linares, editorial la librería de la ciencia, 2008.
- 3) Manual de Técnicas de vendaje Funcional. Herrero Román- Jiménez Labanda – Quevedo Jerez. Laboratorios Menarini (2002)
- 4) Fisioterapia del Deporte. Donna B. Bemhardt. Editorial JIMS. 1990
- 5) Guía de Primeros Auxilios, Ministerio de salud de la nación, 2016/ Primeros auxi
- 6) Medicina Deportiva. Salvat 1982, en adelante
- 7) Anatomía y Kinesiología aplicada- Rasch-Burke. Ateneo. 1985

### Bibliografía Optativa

- 8) Primeros socorros básicos con Rcp y Dea Guía para el alumno Juan Sebastián vila, 2 edición, AIDER,2021- Bibliografía aportada por el docente a cargo del curso.
- 9) Fisiología del ejercicio y entrenamiento, jr barbany, paidotribo,2012.

### Cronograma

Clase 3h horas cátedra	Contenidos	Actividades	Bibliografía
1	<p>Presentación de la materia y del docente a cargo.</p> <p style="text-align: center;"><b>Unidad 1</b></p> <p>Concepto Salud y enfermedad. Introducción al estudio y clasificación de los tejidos básicos, concepto y generalidades de órganos, aparatos y sistemas.</p>	<p>Presentación de los alumnos y Expo Docente.</p>	<p>Fisiología humana aplicada a las ciencias de la salud</p>

2	<p align="center"><b>Unidad 1</b></p> <p>Concepto y generalidades del aparato locomotor, cardiovascular y respiratorio.</p>	<p>Exposición oral y debate.</p> <p>Exposición digital de aparato locomotor y relaciones de movimiento en 3D</p>	<p>Anatomía clínica, Capitulo 1, Dr. Eduardo Pro</p>
3	<p align="center"><b>Unidad 1</b></p> <p>Conceptos y generalidades de aparato respiratorio, sistema endocrino, digestivo, renal y nervioso.</p>	<p align="center">Exposición oral y Power Point</p>	<p>Fisiología humana aplicada a las ciencias de la salud</p>
4	<p align="center"><b>Unidad 2</b></p> <p>Medicina del deporte, Apto Físico, Examen de pre participación deportiva; Examen Postural. Ficha individual del deportista. Biomecánica aplicada al deporte, Actividad física. Concepto de deporte de alto rendimiento. Deficion de actividad física, ejercicio físico y aptitud física.</p>	<p align="center">Exposición oral Animación</p> <p align="center">TP 1 Grupal</p>	<p>Anatomía y Kinesiología aplicada- Rasch-Burke. Ateneo.</p> <p>Medicina Deportiva. Salvat 1982, en adelante</p>
5	<p align="center"><b>Unidad 2</b></p> <p>La actividad física como actor en la prevención de enfermedades.</p> <p>Introducción a los primeros auxilios y su importancia en el deporte.</p> <p>Diferencia entre urgencia y emergencia.</p> <p>Signos vitales. Primeros auxilios y las leyes. Botiquín de primeros Auxilios</p>	<p align="center">Exposición oral Animación</p>	<p>Manual de Técnicas de vendaje</p> <p>Fisioterapia del Deporte. Donna B. Bemhardt. Editorial JIMS. 199</p> <p>Guía de Primeros Auxilios, Ministerio de salud de la nación</p>



	quemaduras según la causa, Clasificación de las quemaduras por su extensión, Clasificación de las quemaduras por la profundidad. Primeros auxilios  Tipos de shock. Convulsiones. crisis asmática durante la actividad deportiva, intoxicaciones. Sincope, escala de reconocimiento AVDN. Tipos de schok.		Auxilios, Ministerio de salud de la nación
11	<b>Unidad 4</b>  Actividad física como actor en prevención de enfermedades cardiovasculares.  Enfermedades cardiovasculares relacionadas con la inactividad física, Primeros auxilios cardiovasculares.	Exposición oral	Guía de Primeros Auxilios, Ministerio de salud de la nación
12	<b>Unidad 4</b> Paro cardiorrespiratorio y ataque cardíaco. Desobstrucción de la vía aérea Secuencia de atención del paro cardiorrespiratorio. Rcp adultos, niños y lactantes. Desfibrilación externa automática y situaciones especiales.	Power Point Expos. Docente	Guía de Primeros Auxilios, Ministerio de salud de la nación
13	<b>Unidad 5</b>  Práctico, contenido unidad - 2.3.4. Toma de presión arterial, RCP, DEA, Simulacro ante emergencias médicas.	Practica	
14	<b>Unidad 6</b>  Clasificación y Traslado de víctimas en masa. múltiples víctimas. La clasificación por colores-Triage.	Practica	
15	Parcial	Evaluación escrita individual	.
16	<b>Unidad 6</b>  Víctimas con prioridades para la atención. Rescate y traslado de víctimas, Materiales peligrosos.	Expos. Docente- Animación	Guía de Primeros Auxilios, Ministerio de

	Incendios. Tipos de Traslado de víctimas. Simulacro practico		salud de la nación
--	--	--	--------------------