



San Miguel de Tucumán, 04 de marzo de 2026

**Circular N° 02/26**

**Asunto:** Implementación y continuidad del Proyecto de Reanimación Cardiopulmonar (RCP) en todos los niveles educativos

**Destinatarios:**

- Dirección de Educación de Nivel Inicial
- Dirección de Educación de Nivel Primario
- Dirección de Educación de Nivel Secundaria
- Dirección de Educación Técnica y Formación Profesional
- Subdirección de Educación Pública de gestión Privada
- Dirección de Educación Especial

La Ley de Educación Nacional 26.061 y la Ley Provincial 8.391 de Educación de Tucumán, establecen **la educación para la salud** como un eje fundamental del currículo escolar, incluyendo la formación en primeros auxilios. A nivel jurisdiccional, el Programa de Enseñanza de RCP en las Escuelas, es implementado desde 2015, alcanzando anualmente cerca de 1500 agentes educativos, estudiantes y familias.

Este programa educativo, combina un enfoque de salud integral enriquecido desde los aportes disciplinares de la educación física, garantizando el cumplimiento de pilares de la educación tucumana como la pedagogía del cuidado, la alfabetización científica, la innovación en la enseñanza y la formación continua, especializada y de calidad.



*Prof. ALDANA S. OTERO*  
DIRECTORA DE EDUCACIÓN FÍSICA  
SECRETARÍA DE ESTADO DE EDUCACIÓN  
MINISTERIO DE EDUCACIÓN



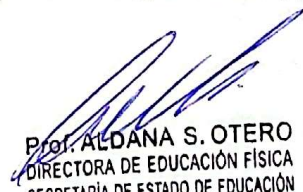
La educación tucumana en general desde sus diversas propuestas nos invita a pensar la ciencia y la salud como campos de saber complejos en los que intervienen diversas áreas. Los sujetos destinatarios directos y mediadores de estos saberes son parte de una dimensión bio-psico-social, es decir, que son -somos- atravesados por factores biológicos, psicológicos y conductuales; sociales y culturales, que desempeñan un papel significativo en la actividad humana y en el compromiso social por el cuidado de la vida. Es por ello, que enseñar y aprender desde el Programa de RCP es permitir a las instituciones educativas y sus sujetos una ganancia pedagógica innegable, que nutre las prácticas educativas desde un enfoque inter, multi y transdisciplinar (Jara, 2020).

La Dirección de Educación Física, implementa desde su creación propuestas que impactan en los sujetos de la educación en términos de políticas públicas, dando soluciones concretas a problemáticas actuales. Es el caso del Programa RCP en la Escuela y sus líneas de trabajo “**Manitos al Corazón**” (RCP en el Nivel Inicial) y “**Manos al Corazón**” (Primaria y Secundaria).

Tucumán presenta un contexto específico que refuerza la urgencia de esta iniciativa: la provincia registra un alto índice de enfermedades cardiovasculares y accidentes, haciendo de la RCP una herramienta fundamental para la prevención y la atención de emergencias. La implementación del proyecto en las escuelas es una necesidad ya que pares, docentes y comunidad conforman una cadena de supervivencia, solo con saber actuar usando sus manos, en especial, en contextos alejados de los centros urbanos, donde depender de una ambulancia y paramédicos es sacrificar tiempos invaluable de vida.

**Este proyecto pone el foco en enseñar protocolos y procedimientos. Asimismo, se incorpora mediante los aportes especializados de personal de la salud, nociones iniciales de Primeros Auxilios, se incorpora Maniobra de Heimlich para casos de atragantamiento y se profundiza en el rol que corresponde otorgar a niños, jóvenes y adultos en cada caso.**



  
Prof. ALDANA S. OTERO  
DIRECTORA DE EDUCACIÓN FÍSICA  
SECRETARÍA DE ESTADO DE EDUCACIÓN  
MINISTERIO DE EDUCACIÓN



## Fundamentación

El programa **RCP en la Escuela**, ha alcanzado alrededor de 230.000 actores educativos formados al año 2025 a nivel nacional, de los cuales, 5.000 se han capacitado en Tucumán. A pesar del logro que significan las cifras alcanzadas, la Dirección de Educación Física ha identificado la necesidad de intensificar su impacto. Es por ello, que **se propone duplicar las instancias de formación docente continua, ampliar el alcance desde los apoyos interministeriales que implican trabajar en articulación con el Ministerio de Salud y los gobiernos locales y a la vez, generar insumos pedagógicos y de concientización que lleguen a todas las escuelas, de todos los niveles y modalidades de la provincia.**

Es de gran importancia, además, no perder de vista el marco normativo que regula la enseñanza del RCP en las escuelas, el cual se explicita principalmente en el cumplimiento de la Ley Nacional: 26.835, y tiene sus aplicaciones en diversas resoluciones del Consejo Federal de Educación, con singularidades para cada nivel y modalidad y adecuadas para ser vinculadas a NAPs y Diseños Curriculares amplios y diversos.

Bajo el lema *“Todos podemos ayudar a salvar una vida utilizando nuestras manos, pero es fundamental saber cómo y cuándo hacerlo”*, el proyecto busca formar docentes, alumnos y comunidad en general para conocer como abordar situaciones de emergencia escolar, primeros auxilios, RCP y Maniobra de Heimlich. Con un enfoque solidario, de responsabilidad y compromiso social.

Pedagógicamente estos saberes se sitúan en el paradigma de la **Pedagogía del cuidado, haciendo de las comunidades educativas entornos seguros y comprometidos con la vida y su bienestar integral**. Se propone dar lugar a los contenidos del RCP y su paquete de Abordajes de Primeros Auxilios de un modo transversal, inter y transdisciplinario, mediante propuestas comunitarias, institucionales y/o áulicas. Comprendiendo que **hay que enriquecer la práctica pedagógica y disciplinar amplia para generar**



Prof. **ALDANA S. OTERO**  
DIRECTORA DE EDUCACIÓN FÍSICA  
SECRETARÍA DE ESTADO DE EDUCACIÓN  
MINISTERIO DE EDUCACIÓN



articulaciones con cualquier currícula y hacia todos los niveles y modalidades cuidado la profundidad y el abordaje de los contenidos.

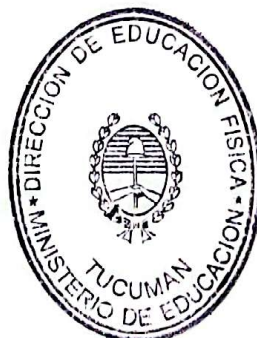
El ciclo lectivo 2026, tiene un claro propósito, ampliar el alcance, aumentar la participación, el compromiso ciudadano, el cuidado del prójimo, promover el valor de la vida, la empatía y la conciencia de que la fragilidad de la vida es un espacio de corresponsabilidad, que se cuida entre todos.


Para dar logro a estas premisas el Programa RCP en las Escuelas, ha diseñado **visitas institucionales por circuitos y agrupamientos, capacitaciones con puntaje docente mediante FDCI, institucionalización de la fecha Mundial del RCP, prestamos de materiales y recursos para simulacros y prácticas, presencias y stands en diversas actividades educativas y de salud, diseño y divulgación de protocolos de Primeros Auxilios ante Emergencias Escolares (PAEE) y Cuadernillos de contenidos y actividades por niveles.**

Se invita a las Direcciones de Nivel y los diversos agentes del sistema educativo tucumano a hacerse eco de estas acciones, a aprovechar su gratuidad y animarse a hacer de la prevención la mayor herramienta de protección conjunta que podemos tener.

Para información específica, pueden tomar contacto con la Dirección de Educación Física:

- Web: <https://www.educaciontuc.gov.ar/a/direcciones/educacion-fisica/>
- Dirección: Av. Salta 850
- Teléfono: 452 6468
- E-mail: [dir.educacionfisica@educaciontuc.gov.ar](mailto:dir.educacionfisica@educaciontuc.gov.ar)
- Horario de atención: 08:00 hs. a 16:00 hs.



  
Prof. ALDANA S. OTERO  
DIRECTORA DE EDUCACIÓN FÍSICA  
SECRETARÍA DE ESTADO DE EDUCACIÓN  
MINISTERIO DE EDUCACIÓN

# PROTOCOLO DE ACTUACIÓN ANTE EMERGENCIAS ESCOLARES

DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA TUCUMÁN.

Bienvenidas y bienvenidos a este Protocolo de Emergencia Escolar, pensado para acompañar y cuidar a toda la comunidad educativa. Este documento reúne orientaciones claras y accesibles sobre cómo actuar ante accidentes escolares, situaciones que requieran RCP y la maniobra de Heimlich, con el propósito de fortalecer la prevención y la respuesta oportuna en cada institución.

La seguridad y el bienestar de niñas, niños, adolescentes y adultos que forman parte de nuestras escuelas es una responsabilidad compartida. Con este material, buscamos brindar herramientas que aporten tranquilidad, confianza y compromiso, promoviendo una cultura del cuidado en todas las escuelas tucumanas.

## Casos que requieren Primeros Auxilios, RCP o Maniobra de Heimlich en las Escuelas



### PASO 1: EVALUAR LA ESCENA

- Ver si el lugar es seguro
- Alejar peligros (electricidad, fuego, objetos cortantes)
- + No exponerse a riesgos
- Si no es seguro, NO me acerco y pido ayuda

Dr. ROQUE DANIEL GONZALEZ  
JEFE  
DIV. MEDICINA DEL DEPORTE  
PRIS-SI.PRO.SA.

Prof. ALDANA S. OTERO  
DIRECTORA DE EDUCACIÓN FÍSICA  
SECRETARÍA DE ESTADO DE EDUCACIÓN  
MINISTERIO DE EDUCACIÓN

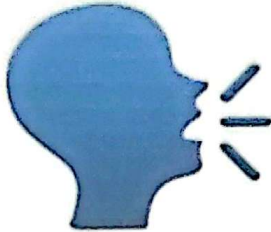


### PASO 2: EVALUAR A LA PERSONA

¿Responde? (hablarle, tocar suavemente)

¿Respira?

¿Qué pasó? (caída, golpe, desmayo, convulsión, herida)



### PASO 3: PEDIR AYUDA

● Avisar inmediatamente a:

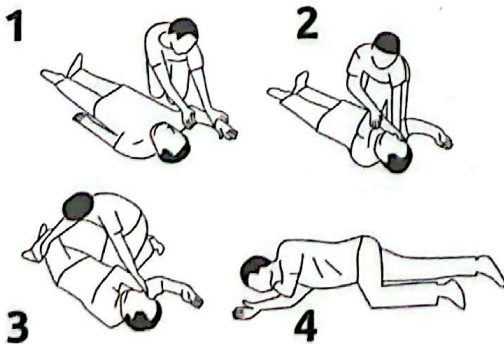
- Equipo directivo
- Docente cercano



! Solicitar llamado al 107 – SAME

⌘ Pedir botiquín y DEA (según corresponda y haya disponible)

### PASO 4: ¿RESPIRA?



■ SI RESPIRA Y NO HAY SANGRE

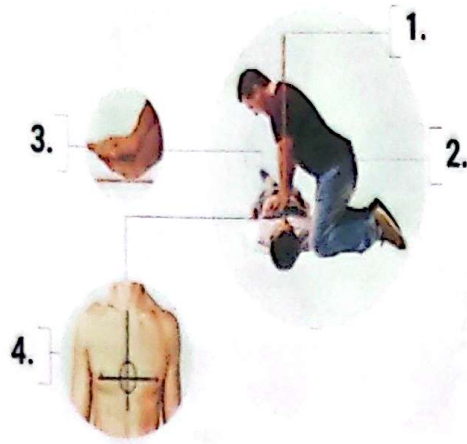
■ NO hacer RCP

■ Colocar en posición lateral de seguridad

- De costado
- Cabeza hacia un lado
- Acompañar y observar

■ Esperar ayuda

Prof. ALDANA S. OTERO  
DIRECTORA DE EDUCACIÓN FÍSICA  
SECRETARÍA DE ESTADO DE EDUCACIÓN  
MINISTERIO DE EDUCACIÓN



**+ NO RESPIRA – ES UNA EMERGENCIA GRAVE**

- Llamar urgente a un adulto
- Pedir que llamen al 107
- Colocar boca arriba, en el piso
- Iniciar RCP
- Usar DEA si está disponible (evite demoras si no sabe usarlo)

**¿ES OTRO ACCIDENTE?**

**Maniobra de Heimlich en bebés (empujes en el pecho).**



**Maniobra de Heimlich en bebés (golpes en la espalda).**



**Atragantamiento**

- ✓ Maniobras de desobstrucción
- ✓ Inicie maniobra de Heimlich según la edad
- ✓ Si pierde conciencia → **RCP**



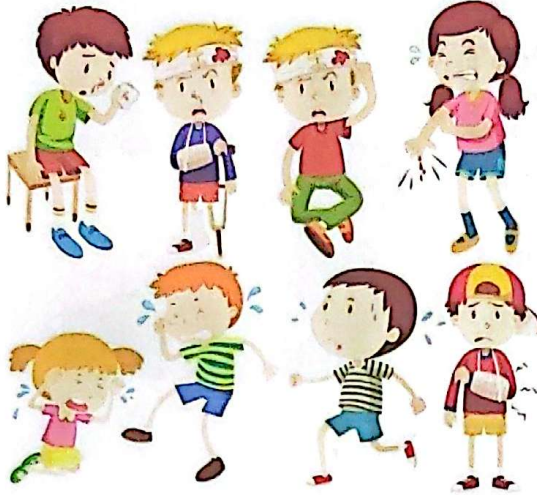
**Maniobra de Heimlich en niños.**



**Maniobra de Heimlich en adultos.**

Prof. ALDANA S. OTERO  
DIRECTORA DE EDUCACIÓN FÍSICA  
SECRETARÍA DE ESTADO DE EDUCACIÓN  
MINISTERIO DE EDUCACIÓN

Dr. ROQUE DANIEL GONZALEZ  
JEFE  
DIV. MEDICINA DEL DEPORTE  
PRIS - SI.PRO.SA.



### Accidentes comunes

- ✓ Golpes: Colocar frío
- ✓ Fracturas: no movilizar
- ✓ Desmayos: acostar y elevar piernas
- ✓ Convulsiones: no sujetar,  
Proteger cabeza



### PASO 5: ACOMPAÑAR Y CONTENER

- < Tranquilizar al alumno/a o afectado
- < Contener al grupo
- + No permitir que se levante sin indicación

Prof. ALDANA S. OTERO  
DIRECTORA DE EDUCACIÓN FÍSICA  
SECRETARÍA DE ESTADO DE EDUCACIÓN  
MINISTERIO DE EDUCACIÓN



### **PASO 6: COMUNICAR A LA FAMILIA Y ASESORAR PROCEDIMIENTO DE SEGURO ESCOLAR (en caso de corresponder)**

! Informar lo ocurrido

! Explicar medidas tomadas y derivación



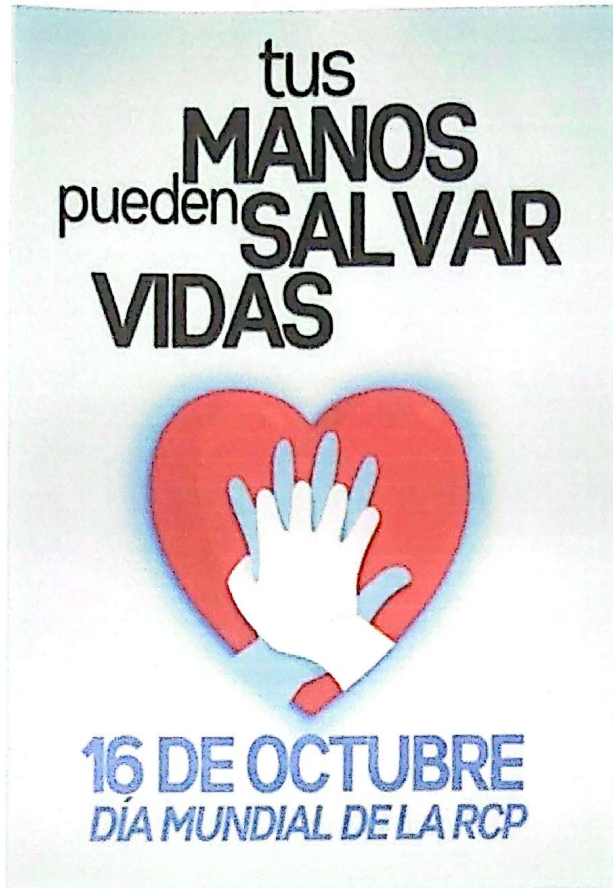
### **PASO 7: REGISTRAR EL HECHO**

› Completar acta institucional:

- Fecha y hora
- Lugar
- Qué ocurrió
- Intervenciones realizadas

Dr. ROQUE DANIEL GONZALEZ  
JEFE  
DIV. MEDICINA DEL DEPORTE  
PRIS - SI.PRO.SA.

PROF. ALDANA S. OTERO  
DIRECTORA DE EDUCACIÓN FÍSICA  
SECRETARÍA DE ESTADO DE EDUCACIÓN  
MINISTERIO DE EDUCACIÓN



## PREVENCIÓN Y FORMACIÓN

Socialice esta información en la institución

Diseñe propuestas y campañas de concientización

Tome la capacitación anual en RCP Y HEMLICH

Realice simulacros escolares

Se recomienda contar con botiquín

Si su institución cuenta con DEA revise su estado periódicamente

**Recuerde mantener la calma, pedir ayuda, no actuar solo.**

**Es un deber social acudir a auxiliar, así sea con un llamado su ayuda es valiosa.**

**IMPORTANTE:** La Dirección de Educación Física, tiene propuestas de formación. Puede consultar cronogramas con puntaje, charlas en su institución, préstamo de muñecos simuladores y asesoramiento para aplicación de proyectos pedagógicos con enfoque de salud integral.

### Contáctenos:

-Web: <https://www.educaciontuc.gov.ar/a/direcciones/educación-física/>

-Dirección: Av. Salta 850

-Teléfono: 452 6468

-E-mail: [dir.educacionfisica@educaciontuc.gov.ar](mailto:dir.educacionfisica@educaciontuc.gov.ar)

-Horario de atención: 08:00 hs. a 16:00 hs.

Prof. ALDANA S. OTERO  
DIRECTORA DE EDUCACIÓN FÍSICA  
SECRETARÍA DE ESTADO DE EDUCACIÓN  
MINISTERIO DE EDUCACIÓN

Dr. ROQUE DANIEL GONZALEZ  
JEFE  
DIV. MEDICINA DEL DEPORTE  
PRIS - SI.PRO.SA.

# **PROGRAMA RCP EN LA ESCUELA**

## **Manitos al Corazón: El RCP en el Nivel Inicial**



Dirección de Educación Física

2.026



## FUNDAMENTACIÓN

La Ley de Educación Nacional 26.061 y la Ley Provincial 8.391 de Educación de Tucumán, establecen **la educación para la salud** como un eje fundamental del currículo escolar, incluyendo la formación en primeros auxilios. A nivel jurisdiccional, el Programa de Enseñanza de RCP en las Escuelas, es implementado desde 2015, alcanzando anualmente cerca de 1500 agentes educativos, estudiantes y familias.

Este programa educativo, combina un enfoque de salud integral enriquecido desde los aportes disciplinares de la educación física, garantizando el cumplimiento de pilares de la educación tucumana como la Pedagogía del cuidado, la alfabetización científica, la innovación en la enseñanza y la formación continua, especializada y de calidad.

La educación tucumana en general desde sus diversas propuestas nos invita a pensar la ciencia y la salud como campos de saber complejos en los que intervienen diversas áreas. Los sujetos destinatarios directos y mediadores de estos saberes son parte de una dimensión bio-psico-social, es decir, que son -somos- atravesados por factores biológicos, psicológicos y conductuales; sociales y culturales, que desempeñan un papel significativo en la actividad humana y en el compromiso social por el cuidado de la vida. Es por ello, que enseñar y aprender desde el Programa de RCP es permitir a las instituciones educativas y sus sujetos una ganancia pedagógica innegable, que nutre las prácticas educativas desde un enfoque inter, multi y transdisciplinar (Jara, 2020).

Hasta el año 2024 se ha focalizado en alcanzar a poblaciones de jóvenes y adultos capaces de asistir a otros ante riesgos de vida, pero era imperiosa la necesidad de trascender el enfoque adultocéntrico, para redefinir el rol de las infancias que también son parte de las escenas críticas de la vida. No podían ser sólo espectadores de la angustia, pueden tener un rol activo, simplificado pero funcional. A la vez, que se los considera sujetos de derecho que pueden y deben acceder a ser promotores de



concientización, de prevención, de participación y progresivamente ir insertándolos en tramas y acciones con mayores cargas de responsabilidades.

Desde intervenciones construidas por especialistas en primera infancia ha surgido la propuesta educativa “**Manitos al Corazón: RCP en el Nivel Inicial**” proyecto que responde a la necesidad de promover desde edades tempranas una cultura del cuidado, la prevención y la solidaridad, reconociendo al jardín de infantes como un espacio privilegiado para la formación integral de niños y niñas.

El abordaje de esta propuesta se sustenta en articular contenidos vinculados al autocuidado, la prevención de riesgos, el reconocimiento de situaciones de emergencia y las nociones iniciales sobre el funcionamiento del corazón y la respiración favorece el desarrollo de actitudes responsables, empáticas y solidarias, siempre adecuadas a la edad evolutiva. A través de propuestas lúdicas, corporales, narrativas, musicales, dramatizaciones o pláticas, los niños y niñas pueden reconocer situaciones simples de peligro, aprender a pedir ayuda a adultos responsables y desarrollar conductas seguras dentro y fuera del jardín, comprendiendo que su rol principal es **avisar, acompañar y cuidar sin intervenir directamente**.

El programa se implementa en todas las instituciones de Nivel Inicial de la provincia con un enfoque preventivo, educativo y vivencial, priorizando el juego, la exploración, la expresión emocional y la construcción progresiva de hábitos de cuidado. Asimismo, promueve la articulación entre áreas y la construcción de entornos educativos seguros, fortaleciendo valores como la empatía, la cooperación y el respeto por la vida.

## **OBJETIVO GENERAL**

Promover en los niños y niñas el desarrollo de hábitos de cuidado personal y colectivo, el reconocimiento de situaciones de riesgo y la capacidad de pedir ayuda



ante emergencias, favoreciendo actitudes solidarias, responsables y respetuosas dentro del entorno escolar y familiar.

## **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Reconocer acciones básicas de autocuidado y cuidado de los demás.
- Identificar situaciones simples de riesgo en el jardín y la vida cotidiana.
- Aprender a pedir ayuda a adultos responsables ante situaciones de emergencia.
- Reconocer el número de emergencias **107** mediante juegos y actividades.
- Comprender nociones iniciales sobre el corazón, la respiración y la importancia de pedir ayuda rápidamente.
- Desarrollar actitudes de calma, respeto y empatía hacia los demás.
- Participar en juegos, dramatizaciones y simulaciones simples relacionadas con el cuidado y la prevención.

## **Contenidos pedagógicos.**

Esta selección de contenidos se ha trabajado en articulación con los NAP de Nivel Inicial. A su vez, están divididos en tres (3) unidades que se pueden corresponder con los trimestres del calendario escolar y su distribución se corresponde con una metodología de enseñanza progresiva y evolutiva.

Confiamos en el criterio pedagógico del docente para implementar toda la selección o partes de ella, según su planificación, los objetivos y metas institucionales y las necesidades específicas de sus estudiantes.



## **UNIDAD N°1: “CUIDAMOS NUESTRO CUERPO Y APRENDEMOS A PEDIR AYUDA”**

- El cuerpo y su cuidado cotidiano.
- Función del corazón, respiración y vías áreas.
- Hábitos de autocuidado en el jardín.
- Qué son los primeros auxilios (idea simple: ayudar y cuidar).
- Situaciones seguras e inseguras en juegos y actividades.
- Qué es una emergencia (idea simple).
- La importancia de avisar a un adulto.
- Adultos responsables en el jardín.
- Reconocimiento del número 107.
- Normas básicas de convivencia y seguridad.

## **UNIDAD N°2: “APRENDEMOS QUÉ HACER ANTE UNA EMERGENCIA”**

- Protocolos simples del jardín ante emergencias.
- Mantener la calma.
- Observar antes de acercarse.
- Avisar a un adulto.
- Análisis de emociones.
- Posición de seguridad (observación guiada).
- Qué pasa cuando una persona no responde (idea básica).
- RCP (noción simple).
- Atragantamiento y Maniobra de Heimlich (noción simple).
- Rol del niño/a: avisar y acompañar.



### **UNIDAD N°3: “OTRAS EMERGENCIAS QUE PUEDEN PASAR EN EL JARDÍN”**

- Situaciones frecuentes: caídas, golpes, desmayos (noción simple).
- Quemaduras y objetos peligrosos.
- Sustancias desconocidas.
- Picaduras y mordeduras (insectos y animales).
- Importancia de pedir ayuda rápidamente.
- Rol del niño/a: avisar, acompañar y cuidar.

\*Se espera que el docente desarrolle estos temas desde abordajes conceptuales, procedimentales, actitudinales y que dichos saberes sean enmarcados en evaluaciones continuas y aplicaciones prácticas.

\*\*Se valora en enfoque interdisciplinario y los proyectos institucionales o comunitarios.

### **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- Consejo Federal de Educación. (2018). *Educación para el cuidado del cuerpo en Nivel Inicial*.
- Cruz Roja Argentina. (2018). *Primeros auxilios: Manual básico*. Buenos Aires.
- Ministerio de Educación de la Nación. (2011). Núcleos de Aprendizajes Prioritarios para el Nivel Inicial. Consejo Federal de Educación.
- Ministerio de Educación de la Nación. (2020). *Protocolos de actuación ante emergencias escolares*.
- Ministerio de Salud de la Nación. (2019). *Recomendaciones de primeros auxilios en instituciones educativas*.
- OMS. (2014). *Promoción de la salud en la escuela*.
- OMS. (2018). *Guías básicas de primeros auxilios*.
- UNICEF. (2016). *Escuelas seguras y entornos protectores*.

# CUADERNILLO DE CONTENIDOS Y ACTIVIDADES

## “Manitos al Corazón: El RCP en el Nivel Inicial”.





## UNIDAD N°1: “CUIDADO DEL CUERPO, PREVENCIÓN Y PEDIDO DE AYUDA”

### La importancia de cuidar el propio cuerpo y el de los demás:

Desde el Nivel Inicial, el jardín promueve hábitos de **autocuidado, prevención y respeto por el cuerpo**, favoreciendo conductas seguras desde edades tempranas (OMS, 2014). Los contenidos de primeros auxilios se abordan desde una mirada **lúdica, preventiva y educativa**, adecuada al desarrollo infantil.

### No se orientan a curar ni a realizar maniobras médicas, sino a:

👉 reconocer cuando algo no está bien

👉 mantener la calma

👉 avisar a un adulto

👉 acompañar al compañero/a

### Normas básicas de seguridad y autocuidado

Las normas ayudan a prevenir accidentes:

👉 caminar sin correr

👉 usar materiales con cuidado

👉 esperar turnos

👉 escuchar consignas

👉 cuidar espacios comunes

En Nivel Inicial el autocuidado implica:

👉 reconocer peligros simples





👉 anticipar consecuencias

👉 elegir acciones seguras con ayuda del adulto



## ¿Qué son los primeros auxilios?






Son acciones simples para **cuidar y proteger** cuando alguien se lastima o se siente mal. En el jardín los niños aprenden a:

-  reconocer que algo no está bien
-  mantener la calma y trabajar emociones
-  avisar a la seño o adulto
-  acompañar sin tocar ni curar

\*Importante: Los adultos son quienes realizan las acciones de atención.

## Reconocimiento de una emergencia

Se trabaja con señales simples:

-  persona que no responde
-  sangrado importante
-  dolor fuerte
-  caída y no se levanta
-  pide ayuda

\*Importante: Reconocer la emergencia es el primer paso (Cruz Roja Internacional, 2016).


## RCP Y HEIMLICH

Se trabajan conceptos breves y simples, haciendo foco en que su importancia es que son maniobras que se pueden hacer con nuestras manos y salvan vidas.

-  Enseñar concepto de RCP



 Enseñar concepto de Maniobra de Heimlich

 Ensayo de maniobras a modo recreativo

↳ Reforzar la importancia de que el niño difunda el saber en su hogar

↳ Reforzar la importancia que el niño pida ayuda a los adultos.


### **Hacer el pedido de ayuda**

Al identificar una emergencia, los niños deben comunicar a los adultos del jardín:

 docente

 profesor

 directivo

 personal escolar

\*Importante: Poner en valor que pedir ayuda es una acción responsable y valiente.


Totalmente necesaria para salvar a la persona en riesgo.

### **▲ NÚMERO DE EMERGENCIAS 107**

En Nivel Inicial se busca:

 reconocer el número

↳ aprenderlo con juegos y canciones

 comprender que el adulto es quien llama y que ellos pueden buscar el celular, sostenerlo, poner alta voz, etc.



## Unidad 1: Sugerencias de actividades.

### El cuerpo y su cuidado cotidiano

- **Juego frente al espejo:** reconocer partes del cuerpo y conversar sobre cómo las cuidamos (lavarnos las manos, descansar, alimentarnos).
- **Muñecos y muñecas:** dramatizar rutinas de cuidado (baño, abrigo, higiene).

### Función del corazón, respiración y vías aéreas

- **Escuchamos el corazón:** después de saltar o correr, poner la mano en el pecho y notar cómo late.
- **Juego de respiración:** inflar globos imaginarios, soplar burbujas o plumas para tomar conciencia de la respiración.
- **Cuentos corporales:** historias simples donde el corazón y los pulmones “trabajan” para que el cuerpo funcione.

### Hábitos de autocuidado en el jardín

- **Rutinas visibles:** lavado de manos antes y después de comer o jugar.
- **Canciones del cuidado:** para higiene, orden y descanso.
- **Rincón del autocuidado:** imágenes que muestren hábitos saludables.

### Qué son los primeros auxilios (idea simple)

- **Conversación guiada:** “Primeros auxilios es ayudar y cuidar cuando alguien se lastima”.
- **Juego simbólico:** botiquín de juguete para curar muñecos.
- **Cuento ilustrado:** donde un adulto ayuda a alguien que se cayó.

### Situaciones seguras e inseguras

- **Clasificación con imágenes:** juegos seguros / juegos peligrosos.
- **Semáforo del cuidado:** verde (seguro), amarillo (cuidado), rojo (peligroso).
- **Charla en ronda:** ¿qué podemos hacer para jugar sin lastimarnos?

### Qué es una emergencia (idea simple)

- **Ejemplos cotidianos:** caídas, golpes, alguien que no puede respirar bien.
- **Dramatizaciones breves:** qué pasa y qué hacemos (pedir ayuda).
- **Frase clave:** “Una emergencia es cuando alguien necesita ayuda rápida”.



## La importancia de avisar a un adulto

- **Juego de roles:** niño/a que avisa – adulto que ayuda.
- **Cartel del aula:** “Si algo pasa, avisamos a la seño”.
- **Cuentos con resolución:** el problema se soluciona cuando se pide ayuda.

## Adultos responsables en el jardín

- **Recorrido por la escuela:** identificar quiénes son los adultos que cuidan.
- **Fotos o dibujos:** docentes, directivos, auxiliares.
- **Conversación:** “Ellos están para ayudarnos y cuidarnos”.

## Reconocimiento del número 107

- **Memoria visual:** afiches grandes con el número **107**.
- **Juego telefónico:** marcar el número en teléfonos de juguete.
- **Canción o rima:** para recordar el número.
- **Explicación simple:** es el número para llamar a la ambulancia del **SAME**.

## Normas básicas de convivencia y seguridad

- **Acuerdos del aula:** contruidos entre todos (no empujar, esperar turnos).
- **Carteles con pictogramas:** normas claras y visibles.
- **Cuentos y títeres:** resolver conflictos de manera segura y respetuosa.



## UNIDAD 2: “CÓMO ACTUAMOS ANTE UNA EMERGENCIA EN EL JARDÍN”

### PASO 1: MIRAR SI EL LUGAR ES SEGURO

- fuego
- cables
- agua
- 🪟 vidrios

\*Importante: “SI NO ES SEGURO, NO ME ACERCO Y AVISO”

### PASO 2: MIRAR A LA PERSONA

- 🗣️ Puede preguntar “¿Estás bien?”
- 👂 ¿respira?
- 👉 ¿se mueve?

SI RESPONDE → 🤝 acompañó y aviso.

SI NO RESPONDE → 🚨 es una emergencia, aviso urgente.

### PASO 3: PEDIR AYUDA

- 📞 llamar a un adulto
- 📞 pedir que llame al 107 o asistirlo para hacer la llamada.

\*Importante: “NUNCA AYUDO SOLO”

## **PASO 4: OBSERVAR RESPIRACIÓN**

### SI RESPIRA

- Pedir ayuda al adulto para que coloque a la víctima en posición de seguridad

### NO RESPIRA

- El adulto debe iniciar Maniobra de RCP

🔗 El niño puede asistir y colaborar con: buscar ayuda, abrir espacio, dar aviso a otros, asistir al adulto que esta con la víctima.

### **\*IMPORTANTE: PREVIO A LA RCP SE DEBE COLOCAR A LA PERSONA BOCA ARRIBA**

- Con cuidado
- Sobre el piso liso
- En un lugar seguro

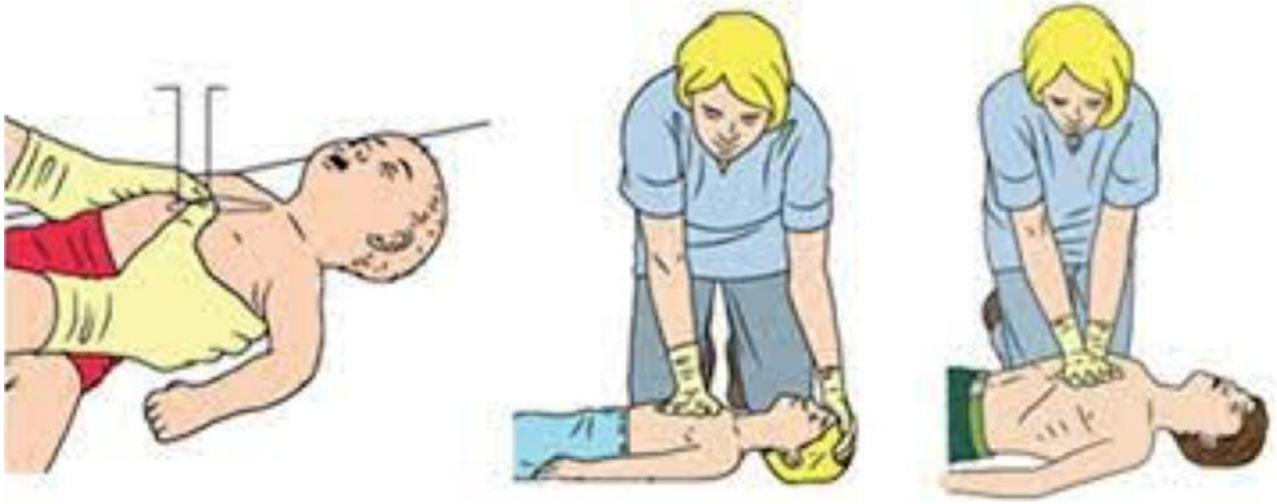
### **ES NECESARIO INICIAR RCP:**

**Los niños NO realizan RCP solos, pero aprenden a reconocer cuándo se necesita**

#### **Si hay un adulto capacitado:**

- Comienza **compresiones en el pecho (según edad de la víctima)**
- Ubicar el talón de una mano en el centro del pecho y la otra encima.
- Mantener los brazos extendidos.
- Realizar compresiones fuertes y rápidas, a un ritmo aproximado de 100 a 120 por minuto.
- Permitir que el pecho se eleve completamente entre cada compresión.
- Sigue indicaciones del 107

- Usa DEA si hay disponible



## SI HAY OBSTRUCCIÓN DE LA VÍA AÉREA (ATRAGANTAMIENTO)

### TIPOS

- parcial → tose
- total → no habla ni tose

**Es una emergencia grave (Debe iniciar la maniobra de Heimlich)**

**No meter dedos para desobstruir, ya que podría agravar el caso, iniciar Maniobra de Heimlich siempre.**

**En adultos y niños mayores de 1 año**

1. Colocarse detrás de la persona
2. Rodear la cintura con los brazos
3. Cerrar una mano en puño y colocarla entre el ombligo y el esternón
4. Tomar el puño con la otra mano

5. Realizar empujes rápidos hacia adentro y arriba
6. Repetir hasta que:
  - El objeto salga
  - La persona respire
  - O pierda el conocimiento

### Cuando es un bebé

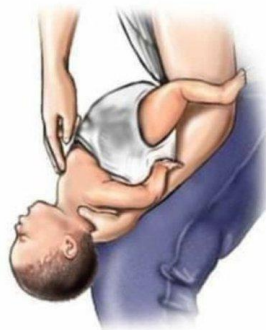
**Si el bebé:** Lloro, Tose o Hace sonidos. **Todavía le pasa aire (no es tan grave)**

**Si el bebé:** no llora, ni tose...**NO le pasa el aire, entonces inicie Heimlich:**

- Lo coloca boca abajo
- Da golpecitos suaves en la espalda
- Alterna con presiones en el pecho

---

**Maniobra de Heimlich  
en bebés (empujes  
en el pecho).**



**Maniobra de Heimlich  
en bebés (golpes en  
la espalda).**



**Maniobra de Heimlich  
en niños.**



**Maniobra de Heimlich  
en adultos.**

---

**Si la persona atragantada, no respira y se desmaya ¿Qué debo hacer? Significa que por falta de aire se compromete su vida.**

Llamar al **107**

Avisar urgente

Iniciar RCP

## Unidad 2: Sugerencias de actividades

### Protocolos simples del jardín ante emergencias

- **Recorrido guiado por la escuela:** conocer por dónde salir, a dónde ir y a quién avisar.
- **Afiches con pictogramas:** “Pasos a seguir” (detenerse – avisar – esperar).
- **Cuento institucional:** una historia donde los personajes siguen el protocolo del jardín.

### Mantener la calma

- **Juego del semáforo emocional:** rojo (me detengo), amarillo (respiro), verde (aviso).
- **Ejercicios de respiración:** inflar la panza como un globo, soplar lentamente.
- **Rincón de la calma:** espacio con almohadones, imágenes y botellas sensoriales.

### Observar antes de acercarse

- **Juego de observadores:** mirar imágenes y decir qué ven antes de actuar.
- **Consigna simple:** “Primero miro, después pido ayuda”.
- **Dramatizaciones:** qué pasa si corro / qué pasa si observo y aviso.

### Avisar a un adulto

- **Juego de roles:** niño/a que avisa – adulto que responde.
- **Frase clave para practicar:** “Seño, pasó algo”.
- **Cartel visible en el aula:** “En una emergencia, avisamos a un adulto”.

## Análisis de emociones

- **Tarjetas de emociones:** reconocer cómo nos sentimos ante una emergencia.
- **Ronda de diálogo:** ¿qué sentimos cuando alguien se lastima?
- **Cuentos con emociones:** identificar miedo, preocupación, alivio.

## Posición de seguridad (observación guiada)

- **Muñecos o peluches:** observar cómo un adulto los coloca de costado.
- **Video corto o láminas:** solo mirar y conversar (sin practicar).
- **Mensaje claro:** “Esto lo hacen los adultos que saben ayudar”.

## Qué pasa cuando una persona no responde (idea básica)

- **Conversación sencilla:** “A veces el cuerpo necesita ayuda”.
- **Juego simbólico:** muñeco dormido al que hay que avisar a un adulto.
- **Énfasis:** no tocar, no sacudir, avisar.

## RCP (noción simple)

- **Observación guiada:** ver imágenes o demostración solo por adultos.
- **Explicación breve:** “Es una ayuda especial que hacen personas capacitadas”.
- **Mensaje clave:** los niños **no hacen RCP**, avisan.

## Atragantamiento y Maniobra de Heimlich (noción simple)

- **Cuento ilustrado:** personaje que no puede respirar bien y recibe ayuda.
- **Charla preventiva:** comer sentados, despacio, sin correr.
- **Aclaración constante:** la maniobra la realizan adultos capacitados.

## Rol del niño/a: avisar y acompañar

- **Juego de dramatización:** acompañar, hablar suave, buscar ayuda.
- **Consigna clara:** “Yo puedo ayudar avisando”.
- **Refuerzo positivo:** valorar el rol activo y responsable del niño/a.




### UNIDAD 3: “OTRAS EMERGENCIAS FRECUENTES EN EL JARDÍN”

-  desmayos
-  convulsiones
-  golpes
-  intoxicaciones
-  picaduras

**¿Qué es el shock?** El **shock** ocurre cuando la sangre **no llega bien a todo el cuerpo**. Puede pasar después de:

- Una caída fuerte
- Una pérdida importante de sangre
- Una reacción alérgica

### **¿QUE DEBEN HACER LOS NIÑOS?**

-  avisar
-  acompañar
-  mantener calma


### **¿QUE DEBEN HACER LOS ADULTOS?**

- Acostar a la persona
- Taparla para que no tenga frío
- Elevar las piernas si el adulto lo indica
- Llamar al **107**

## EN CASO DE HEMORRAGIAS (SANGRADO)


### ¿QUE DEBEN HACER LOS NIÑOS?

no tocar sangre

 avisar

 buscar ayuda

### ¿QUE DEBEN HACER LOS ADULTOS?




-  adulto presiona herida
- Levanta el brazo o la pierna
- Usa protección (guantes)



## EN CASO DE HERIDAS

las heridas pasan cuando nos lastimamos la piel al jugar, correr o tener un accidente. pueden doler, arder o sangrar. siempre hay que avisar a un adulto.

### ¿cómo pueden pasar?

-  **cortes:** con tijeras u objetos filosos
-  **raspones:** al caerse y rozar la piel con el piso o la pared
-  **golpes:** al chocar con algo o al caerse

### ¿QUE DEBEN HACER LOS NIÑOS?

Ante una herida, los niños deben aprender que **no pueden curar solos**, pero sí pueden ayudar de manera responsable:

- avisar rápidamente a un adulto.  
mantener la calma.
- no tocar la herida con las manos sucias.
- no soplar la herida.
- Acompañar al compañero hasta que llegue el adulto.

### ¿QUÉ DEBE HACER EL ADULTO?

Es quien limpia y cura la herida. No sopla, no toca, pide la asistencia necesaria.

### EN CASO DE QUEMADURAS

Las quemaduras pasan cuando la piel toca algo muy caliente o fuerte y se lastima. Puede doler, arder y ponerse roja. Siempre hay que avisar a un adulto.



### ¿Cómo pueden pasar?

- ● Fuego: velas, fósforos, encendedores
- ☕ Líquidos calientes: agua, mate, leche, sopa o comida caliente
- ● Sol fuerte sin protección

### ¿QUE DEBEN HACER LOS NIÑOS?

En la escuela, los niños **no actúan solos**, sino que **avisan y acompañan**.

### ¿QUE DEBEN HACER LOS ADULTOS?

adulto coloca agua fría (No cremas sin indicación médica, no tocar o lastimar ampollas)

## EN CASOS DE TRAUMATISMOS (GOLPES)

Los traumatismos son golpes fuertes que pueden causar dolor o hinchazón.

### ¿Qué se hace?

**-Los niños avisan, consuelan al compañero y asisten a los adultos que hacen los primeros auxilios.**



- Dejar quieta la parte golpeada
- Colocar frío con ayuda del adulto
- Observar si hay dolor fuerte
- No mover
- Llamar a una emergencia de ser necesario.

## EN CASO DE CONVULSIONES

Las convulsiones pasan cuando el cuerpo se mueve solo y muy fuerte por un ratito, porque el cerebro se confunde y manda señales desordenadas.


La persona no puede controlar su cuerpo ni darse cuenta de lo que ocurre.


Después suele sentirse cansada y necesita descansar.


### **Pueden pasar por ejemplo cuando hay:**

- Fiebre muy alta
- Golpes fuertes en la cabeza
- Algunas enfermedades

## ¿QUÉ DEBEN HACER LOS NIÑOS

 avisar

 alejar objetos

 calma

### ¿QUÉ HACE EL ADULTO?

- Protege la cabeza
- Espera a que termine la convulsión
- Coloca a la persona de costado cuando finaliza
- Llama al **107** si es necesario



### EN CASO DE INTOXICACIONES

Las intoxicaciones pasan cuando algo peligroso entra al cuerpo y hace mal.

Puede ser por tomar, oler, tocar o respirar cosas que no son alimentos ni remedios indicados por un adulto.

### ¿Cómo pueden pasar?

- Tomar medicamentos sin permiso
- Productos de limpieza
- Plantas u hongos desconocidos
- Gases o humo
- Comida en mal estado

### 1 Señales de alerta (cosas que podemos ver):

- Dolor de panza
- Vómitos


- Mareos o dolor de cabeza
- Mucho cansancio o confusión
- Dificultad para respirar

### ¿QUÉ DEBEN HACER LOS NIÑOS?

 avisar


no probar

no dar comida


 mantener calma

**+ Nunca provocar el vómito**


### ¿QUE HACE EL ADULTO?

 Llamar rápido a emergencias o a un adulto responsable

No hacer vomitar ni dar comida o bebida sin indicación médica

 Alejar a la persona de la sustancia (humo, gas, producto)

 Observar cómo está: si respira bien, si está consciente

 Guardar el envase o sustancia para mostrar al personal de salud

### EN CASOS DE PICADURAS Y MORDEDURAS

Las picaduras y mordeduras pasan cuando un insecto o un animal pica o muerde para defenderse.

Pueden doler, picar o hinchar la piel. Algunas pueden ser peligrosas, por eso hay que avisar a un adulto.



### **Picaduras (de insectos):**

- Mosquitos
- Abejas
- Avispas
- Hormigas
- Arañas

### **Mordeduras (de animales):**

- Perros
- Gatos
- Otros animales

## **¿QUÉ DEBEN HACER LOS NIÑOS?**

-  avisar
- no rascar
-  quedarse tranquilo

## **¿QUÉ HACE EL ADULTO?**

- Lava la zona con agua
- Aplica frío si corresponde
- Observa la evolución
- Llama al 107 si es necesario





## Unidad 3: Sugerencias de actividades

### Situaciones frecuentes: caídas, golpes y desmayos (noción simple)

- **Cuentos con escenas cotidianas:** un personaje se cae jugando y un adulto lo ayuda.
- **Juego de dramatización:** qué hacemos cuando alguien se cae (no reírse, avisar).
- **Conversación guiada:** diferenciar “me duele un poco” de “necesito ayuda ya”.

### Quemaduras y objetos peligrosos

- **Juego del semáforo:** imágenes de objetos (verde: seguro / rojo: peligroso).
- **Recorrido por el jardín:** identificar lugares u objetos que no se tocan.
- **Mensaje simple:** “Lo caliente y lo peligroso lo usan solo los adultos”.

### Sustancias desconocidas

- **Clasificación con imágenes:** cosas que sí se pueden tocar / cosas que no.
- **Cuento preventivo:** personaje que quiere tocar algo y aprende a pedir ayuda.
- **Consigna clara y repetida:** “Si no sé qué es, no lo toco”.

### Picaduras y mordeduras (insectos y animales)

- **Láminas o fotos:** identificar insectos comunes (abejas, mosquitos).
- **Charla preventiva:** no molestar animales, no tocar insectos.
- **Dramatización:** qué hacer si me pica algo (avisar enseguida).

### Importancia de pedir ayuda rápidamente

- **Juego del mensaje urgente:** practicar avisar rápido y claro.
- **Frase modelo:** “Seño, alguien se lastimó”.
- **Refuerzo positivo:** valorar al niño/a que avisa.

### Rol del niño/a: avisar, acompañar y cuidar

- **Juego de roles:** un niño avisa, otro acompaña, el adulto ayuda.
- **Conversación en ronda:** cómo cuidamos a un compañero.
- **Afiche del aula:** “Yo cuido avisando”.



## Análisis de emociones ante emergencias

- **Tarjetas de emociones:** miedo, sorpresa, preocupación.
- **Cuentos breves:** identificar cómo se sienten los personajes.
- **Mensaje tranquilizador:** los adultos están para ayudar.

## Cierre integrador de la unidad

- **Secuencia simple para recordar:**
  1. Me doy cuenta
  2. No toco
  3. Aviso a un adulto
  4. Acompañó
- **Canción o rima:** reforzar el rol del niño/a ante emergencias.

### CANCIÓN ADAPTADA NIVEL INICIAL

#### “CUIDAR, AVISAR Y NO CORRER”

Si alguien se cae y no está bien,  
miro el lugar también.  
respiro lento al pasar,  
voy a la seño a avisar.

#### ∩ Estribillo

Aviso a un adulto, no ayudo solo,  
acompañó despacito y con tono.  
Si hay emergencia ya sé qué hacer:  
✂ cuidar, ■ avisar y no correr.

Si alguien no habla o no quiere jugar,  
llamo a la seño sin dudar.  
Si respira raro al mirar,  
me quedo cerca hasta ayudar.

☞ Puente

uno-cero-siete puedo decir,

es el número para asistir.

soy pequeño y puedo ayudar:

☒ acompañar y | avisar.

**IMPORTANTE: La Dirección de Educación Física, tiene propuestas de formación. Puede consultar cronogramas con puntaje, charlas en su institución, préstamo de muñecos simuladores y asesoramiento para aplicación de proyectos pedagógicos con enfoque de salud integral.**

▪ Contáctenos:

-Web: <https://www.educaciontuc.gov.ar/a/direcciones/educación-fisica/>

-Dirección: Av. Salta 850

-Teléfono: 452 6468

-E-mail: [dir.educacionfisica@educaciontuc.gov.ar](mailto:dir.educacionfisica@educaciontuc.gov.ar)

-Horario de atención: 08:00 hs. a 16:00 hs.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- American Heart Association. (2020). *Highlights of the 2020 American Heart Association guidelines for CPR and ECC*. AHA.
- Cruz Roja Argentina. (2018). *Manual de primeros auxilios*. Cruz Roja Argentina.
- Cruz Roja Argentina. (2018). *Primeros auxilios básicos*. Buenos Aires: Autor.
- Cruz Roja Internacional. (2016). *Guía básica de primeros auxilios*. Ginebra: Autor.
- Delors, J. (1996). *La educación encierra un tesoro*. París: UNESCO.
- Kaplan, C. (2007). *La convivencia escolar*. Buenos Aires: Miño y Dávila.
- Ministerio de Educación de la Nación. (2019). *Lineamientos para la intervención en situaciones de emergencia en el ámbito escolar*. Argentina.
- Ministerio de Educación de la Nación. (2020). *Lineamientos para el cuidado y la prevención en el ámbito escolar*. Buenos Aires: Autor.
- Organización Mundial de la Salud. (2014). *Prevención de lesiones no in*
- Organización Mundial de la Salud. (2014). *Promoción de la salud en la infancia*. Ginebra: OMS.
- UNICEF. (2019). *Escuelas seguras y saludables*. Buenos Aires: UNICEF

# PROGRAMA RCP EN LAS ESCUELA

## Manos al Corazón: El RCP en la Escuela Primaria



Dirección de Educación Física

2.026

## **FUNDAMENTACION**

La Ley de Educación Nacional 26.061 y la Ley Provincial 8.391 de Educación de Tucumán, establecen **la educación para la salud** como un eje fundamental del currículo escolar, incluyendo la formación en primeros auxilios. A nivel jurisdiccional, el Programa de Enseñanza de RCP en las Escuelas, es implementado desde 2015, alcanzando anualmente cerca de 1500 agentes educativos, estudiantes y familias.

Este programa educativo, combina un enfoque de salud integral enriquecido desde los aportes disciplinares de la educación física, garantizando el cumplimiento de pilares de la educación tucumana como la Pedagogía del cuidado, la alfabetización científica, la innovación en la enseñanza y la formación continua, especializada y de calidad.

La educación tucumana en general desde sus diversas propuestas nos invita a pensar la ciencia y la salud como campos de saber complejos en los que intervienen diversas áreas. Los sujetos destinatarios directos y mediadores de estos saberes son parte de una dimensión bio-psico-social, es decir, que son -somos- atravesados por factores biológicos, psicológicos y conductuales; sociales y culturales, que desempeñan un papel significativo en la actividad humana y en el compromiso social por el cuidado de la vida. Es por ello, que enseñar y aprender desde el Programa de RCP es permitir a las instituciones educativas y sus sujetos una ganancia pedagógica innegable, que nutre las prácticas educativas desde un enfoque inter, multi y transdisciplinar (Jara, 2020).

Hasta el año 2024 se ha focalizado en alcanzar a poblaciones de jóvenes y adultos capaces de asistir a otros ante riesgos de vida, pero era imperiosa la necesidad de trascender el enfoque adultocéntrico, para redefinir el rol de las infancias que también son parte de las escenas críticas de la vida. No podían ser sólo espectadores de la angustia, pueden tener un rol activo, simplificado pero funcional. A la vez, que se los considera sujetos de derecho que pueden y deben acceder a ser promotores de concientización, de

prevención, de participación y progresivamente ir insertándolos en tramas y acciones con mayores cargas de responsabilidades.

Desde intervenciones construidas por especialistas en infantes entre los 6 y los 11 o 12 años ha surgido la propuesta educativa “**Manos al Corazón: RCP en el Nivel Primario**” proyecto que responde a la necesidad de promover desde edades tempranas una cultura del cuidado, la prevención y la solidaridad, reconociendo a la escuela primaria como un espacio privilegiado para la formación integral de niños y niñas.

El abordaje de esta propuesta se sustenta en articular contenidos vinculados al autocuidado, la prevención de riesgos, el reconocimiento de situaciones de emergencia y las nociones iniciales sobre el funcionamiento del corazón y la respiración favorece el desarrollo de actitudes responsables, empáticas y solidarias, siempre adecuadas a la edad evolutiva. A través de propuestas lúdicas, corporales, narrativas, musicales, dramatizaciones o pláticas, los niños y niñas pueden reconocer situaciones simples de peligro, aprender a pedir ayuda a adultos responsables y desarrollar conductas seguras dentro y fuera del aula, comprendiendo que su rol principal es **avisar, acompañar y cuidar sin intervenir directamente**.

El programa se implementa en todas las instituciones de Nivel Primario de la provincia con un enfoque preventivo, educativo y vivencial, priorizando el juego, la exploración, la expresión emocional y la construcción progresiva de hábitos de cuidado. Asimismo, promueve la articulación entre áreas y la construcción de entornos educativos seguros, fortaleciendo valores como la empatía, la cooperación y el respeto por la vida.

## **OBJETIVO GENERAL**

Promover en los niños y niñas el desarrollo de hábitos de cuidado personal y colectivo, el reconocimiento de situaciones de riesgo y la capacidad de pedir ayuda ante emergencias, favoreciendo actitudes solidarias, responsables y respetuosas dentro del entorno escolar y familiar.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Reconocer acciones básicas de autocuidado y cuidado de los demás.
- Identificar situaciones simples de riesgo en la escuela y la vida cotidiana.
- Aprender a pedir ayuda a adultos responsables ante situaciones de emergencia.
- Reconocer el número de emergencias **107** mediante juegos y actividades.
- Comprender nociones iniciales sobre el corazón, la respiración y la importancia de pedir ayuda rápidamente.
- Desarrollar actitudes de calma, respeto y empatía hacia los demás.
- Participar en juegos, dramatizaciones y simulaciones simples relacionadas con el cuidado y la prevención.
- Fomentar actitudes solidarias, empáticas y de trabajo en equipo, participando activamente en propuestas lúdicas, simulacros y actividades educativas.

## Contenidos pedagógicos.

Esta selección de contenidos se ha trabajado en articulación con los NAP de Nivel Primario. A su vez, están divididos en tres (3) unidades que se pueden corresponder con los trimestres del calendario escolar y su distribución se corresponde con una metodología de enseñanza progresiva y evolutiva.

Confiamos en el criterio pedagógico del docente para implementar toda la selección o partes de ella, según su planificación, los objetivos, metas institucionales y las necesidades específicas de sus estudiantes.

## **UNIDAD N°1: “CUIDADO DEL CUERPO, PREVENCIÓN Y PEDIDO DE AYUDA”**

- Autocuidado y cuidado de los demás en la escuela y en la vida diaria.
- Primeros auxilios: qué son y para qué sirven.
- Función del corazón, respiración y vías áreas.
- Los primeros auxilios como acciones de ayuda y protección, no de curación.
- Situaciones de riesgo y conductas seguras en la escuela.
- Qué es una emergencia y cómo reconocerla.
- Importancia de observar el entorno antes de ayudar.
- El pedido de ayuda como acción responsable.
- A quién pedir ayuda en la escuela.
- Reconocimiento del número de emergencias 107.
- Normas básicas de seguridad y convivencia escolar.

## **UNIDAD N°2: “PROTOCOLOS SIMPLES DE ACTUACIÓN ESCOLAR EN SITUACIONES DE EMERGENCIAS”**

- Protocolos escolares ante emergencias.
- Mantener la calma y actuar con orden.
- Evaluación del lugar y de la persona.
- Pedido de ayuda a un adulto.
- Reconocimiento del número 107.
- Posición de seguridad.
- Reconocimiento de cuándo se necesita RCP.
- Obstrucción de la vía aérea y atragantamiento.
- Diferencia entre obstrucción parcial y total.
- Rol del niño: avisar, acompañar y cuidar.

### **UNIDAD N°3: “EMERGENCIAS FRECUENTES EN LA ESCUELA”**

- Emergencias frecuentes en la escuela.
- Importancia de mantener la calma y pedir ayuda a un adulto.
- Rol del niño ante una emergencia: avisar y no actuar solo.
- Desmayos, convulsiones y golpes: reconocimiento básico.
- Hemorragias y heridas: necesidad de atención adulta.
- Quemaduras: cuidado inmediato y prevención.
- Traumatismos: no mover ni acomodar lesiones.
- Intoxicaciones: peligro de sustancias desconocidas.
- Picaduras y mordeduras: señales de alerta.
- Importancia del número de emergencias 107.

\*Se espera que el docente desarrolle estos temas desde abordajes conceptuales, procedimentales, actitudinales y que dichos saberes sean enmarcados en evaluaciones continuas y aplicaciones prácticas.

\*\*Se valora en enfoque interdisciplinario y los proyectos institucionales o comunitarios.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Consejo Federal de Educación. (2018). Educación para el cuidado del cuerpo en Nivel Primario.
- Cruz Roja Argentina. (2018). *Primeros auxilios: Manual básico*. Buenos Aires: Cruz Roja Argentina.
- Ministerio de Educación de la Nación. (2020). *Lineamientos y protocolos de actuación ante emergencias en el ámbito escolar*. Buenos Aires: Autor.
- Ministerio de Educación de la Nación. (2011). Núcleos de Aprendizajes Prioritarios para el Nivel Primario. Consejo Federal de Educación.
- Ministerio de Salud de la Nación. (2019). *Recomendaciones para la atención de emergencias y primeros auxilios en instituciones educativas*. Buenos Aires: Autor.
- Organización Mundial de la Salud. (2014). *Promoción de la salud en la escuela: Marco para la acción*. Ginebra: OMS.
- Organización Mundial de la Salud. (2018). *Guías básicas de primeros auxilios*. Ginebra: OMS.
- UNICEF. (2016). *Escuelas seguras y entornos protectores para la infancia*. Buenos Aires: UNICEF Argentina.
- Consejo Federal de Educación. (2018). *La educación para el cuidado del cuerpo y la salud en la escuela primaria*. Buenos Aires: Autor.

# CUADERNILLO DE CONTENIDOS Y ACTIVIDADES

## Manos al corazón: El RCP en el Nivel Primario



Dirección de Educación Física – Año 2.026

## **UNIDAD 1: “CUIDADO DEL CUERPO, PREVENCIÓN Y PEDIDO DE AYUDA”**

### **IMPORTANCIA DE CUIDAR EL PROPIO CUERPO Y EL DE LOS DEMÁS**

Desde el Nivel Primario, la escuela promueve el desarrollo del autocuidado, la prevención de riesgos y el respeto por el cuerpo propio y ajeno, favoreciendo la construcción de hábitos saludables y conductas responsables que se sostienen a lo largo de la vida (OMS, 2014).

En este sentido, la enseñanza de los primeros auxilios se aborda desde una perspectiva educativa y preventiva, adecuada a la edad de los alumnos. No se orienta a la realización de prácticas de curación, sino al reconocimiento de situaciones de emergencia, a la protección personal y del otro, y al pedido oportuno de ayuda a un adulto responsable. De este modo, los primeros auxilios se articulan con el cuidado del cuerpo como acciones de cuidado, protección y responsabilidad compartida.

La integración de estos contenidos permite que los niños desarrollen actitudes de calma, solidaridad y compromiso ante situaciones de riesgo, fortaleciendo el rol de la escuela como espacio de educación para la salud y la convivencia, y promoviendo una cultura del cuidado y la prevención (Cruz Roja Argentina, 2018).

### **NORMAS BÁSICAS DE SEGURIDAD Y AUTOCUIDADO**

Las normas de seguridad son acuerdos que ayudan a prevenir accidentes: caminar en la escuela, usar correctamente los materiales, respetar turnos, escuchar consignas y cuidar los espacios comunes. El desarrollo del autocuidado implica que el niño pueda anticipar consecuencias y tomar decisiones seguras, favoreciendo su autonomía progresiva (Delors, 1996).

## ¿QUÉ SON LOS PRIMEROS AUXILIOS?

Los primeros auxilios son las primeras acciones de ayuda que se realizan cuando una persona se lastima o se siente mal. Sirven para **cuidar y proteger**, mientras llega un adulto o un servicio de salud que sabe cómo atender la situación.

En la escuela primaria, aprender primeros auxilios no significa curar ni hacer prácticas médicas, sino **reconocer que algo no está bien, mantener la calma, cuidar al compañero y avisar rápidamente a un adulto**.

Los primeros auxilios ayudan a **proteger la vida**, a que el problema no empeore y a que la persona se sienta acompañada hasta que llegue la ayuda necesaria (Cruz Roja Argentina, 2018).

### COMPONENTES FUNDAMENTALES:

- Evaluación inicial de la escena y de la víctima.
- Activación del sistema de emergencias. (107)
- Reanimación Cardiopulmonar (RCP).
- Desobstrucción de la vía aérea
- Control de hemorragias.
- Atención de heridas, quemaduras y traumatismos.
- Manejo inicial de fracturas, esguinces y luxaciones.
- Actuación ante desmayos, convulsiones y shock.
- Primeros auxilios ante intoxicaciones, picaduras y mordeduras.
- Posición lateral de seguridad
- traslado básico de la víctima.

### SITUACIONES DE RIESGO EN LA ESCUELA Y EN LA VIDA COTIDIANA

Las situaciones de riesgo son aquellas que pueden provocar accidentes o daños físicos. En la escuela se reconocen, por ejemplo: correr en pasillos, empujar, usar mal los

materiales, jugar en zonas no habilitadas o no respetar normas de convivencia. La prevención implica aprender a identificar estas situaciones y actuar de manera segura. Para UNICEF, la escuela es un espacio clave para enseñar a los niños a reconocer riesgos y desarrollar conductas de protección (UNICEF, 2019).

## **RECONOCIMIENTO DE UNA EMERGENCIA**

Una emergencia es una situación inesperada que pone en peligro la salud o la vida de una persona y requiere ayuda inmediata. En el nivel primario, se trabaja el reconocimiento de señales simples: una persona que se cae y no se levanta, sangra mucho, no responde, se siente muy mal o pide ayuda. Según la Cruz Roja, identificar rápidamente una emergencia es el primer paso para una actuación adecuada (Cruz Roja Internacional, 2016).

## **EL PEDIDO DE AYUDA: A QUIÉN ACUDIR EN LA ESCUELA**

Pedir ayuda es una acción fundamental de los primeros auxilios escolares. Los niños deben saber que no están solos y que siempre deben acudir a un adulto de confianza: docente, preceptor, directivo o personal de la institución. Este contenido refuerza la idea de que pedir ayuda no es señal de debilidad, sino una conducta responsable y solidaria (Kaplan, 2007).

## **NÚMERO DE EMERGENCIAS 107**



El 107 es el número del Sistema de Atención Médica de Emergencias (SAME). Lo que se busca es que los niños reconozcan el número, sepan para qué sirve y comprendan la importancia de comunicar una emergencia a un adulto para que se active el sistema de ayuda.

## UNIDAD N 2: “CÓMO ACTUAMOS ANTE UNA EMERGENCIA EN LA ESCUELA”

Los protocolos escolares simples indican qué hacer ante una emergencia: mantener la calma, acompañar al compañero y avisar rápidamente a un adulto. Estos protocolos fortalecen la organización institucional y brindan seguridad emocional a los niños, permitiéndoles actuar de manera ordenada y responsable (Ministerio de Educación, 2020).

- **Paso 1: EVALUACIÓN INICIAL DE LA ESCENA**

*“Antes de ayudar, miro si el lugar es seguro”*

La evaluación de la escena es el **primer paso** ante una posible emergencia. Consiste en **observar el entorno** para asegurarse de que **no haya peligros** para la víctima ni para quien quiere ayudar.

**¿Qué deben aprender los niños?**

- **Mirar alrededor:**
  - ¿Hay fuego, cables, agua, vidrios, autos?
  - ¿Es seguro acercarme?
  - ¿Necesito llamar a un adulto?
- **Cuidar su propio cuerpo**

***“SI NO ES SEGURO, NO ME ACERCO Y PIDO AYUDA”***

- **Paso 2: EVALUACIÓN INICIAL DE LA VÍCTIMA**

Cuando el lugar es seguro, se observa a la persona para saber **si necesita ayuda urgente**.

*“Veo cómo está la persona”*

**VER SI RESPONDE**

- **Llamar en voz alta: “¿Estás bien?”**
- Tocar suavemente el hombro (solo si es seguro).
- ¿Respira?
- ¿Se mueve?
- ¿Hace ruidos raros?

**SI RESPONDE:**

-Se queda acompañando y avisa a un adulto.

**SI NO RESPONDE:**

-Es una emergencia → **pedir ayuda inmediatamente.**

- **Paso 3: PEDIR AYUDA**

**Llamar a un adulto cercano.**

- Pedir que llamen al 107 (emergencias).
- No quedarse solo.

**“NUNCA AYUDO SOLO: SIEMPRE AVISO”**

- Llamar a un adulto cercano.
- Pedir que llamen al **107 (emergencias)**.
- No quedarse solo.

#### • Paso 4: OBSERVAR LA RESPIRACIÓN

**SI RESPIRA: NO HAGO RCP: “la cuido”** La colocamos de costado (**posición de seguridad**) para que el aire entre mejor y, si vomita, no se ahogue y espero la ayuda

#### Pasos básicos de la posición de seguridad

- Pedir ayuda a un adulto. Nunca hacerlo solos.
- Colocar a la persona de costado. Con cuidado y despacio.
- Doblar la pierna de arriba. Para que no se vuelva a caer hacia atrás.
- Acomodar el brazo y la cabeza. La cabeza queda de costado, mirando al piso.
- Quedarse acompañando. Mirar que siga respirando hasta que llegue la ayuda.

#### **NO RESPIRA O RESPIRA RARO → EMERGENCIA GRAVE**

- **Pedir ayuda inmediatamente**
  - Llamar fuerte a un adulto cercano
  - Pedir que llamen al **107 (Emergencias)** informando:
    - ✓ *Qué ocurrió*
    - ✓ *Dónde ocurrió*
    - ✓ *Estado de la víctima*
    - ✓ *Datos de contacto*

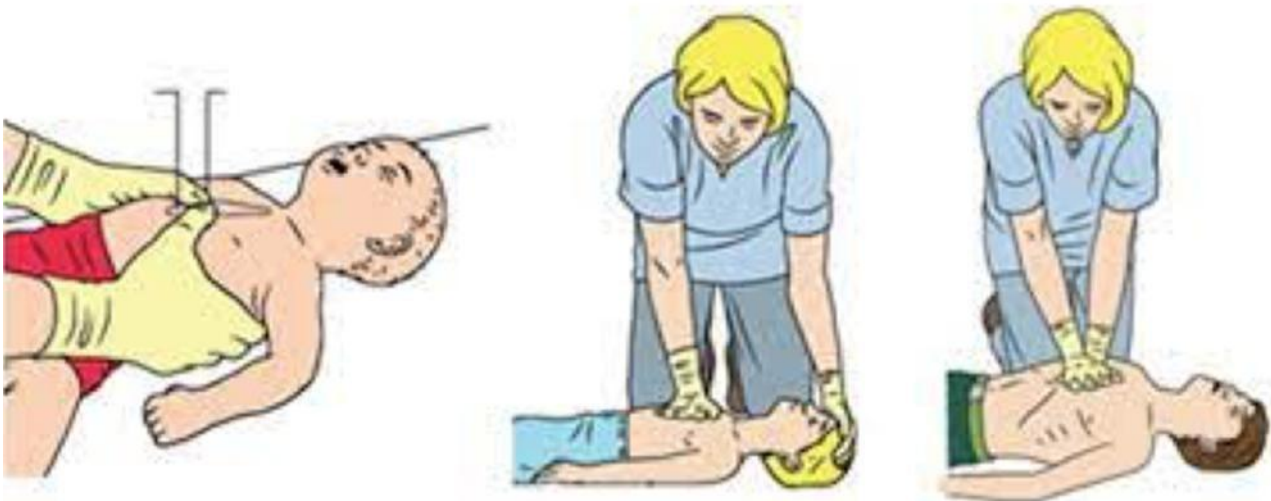
#### • Paso 5: COLOCAR A LA PERSONA BOCA ARRIBA E INICIAR RCP

- Con cuidado
- Sobre el piso
- En un lugar seguro
- Iniciar RCP

**Los niños NO realizan RCP solos, pero aprenden a reconocer cuándo se necesita**

**Si hay un adulto capacitado:**

- Comienza **compresiones en el pecho**
- ubicar el talón de una mano en el centro del pecho y la otra encima.
- Mantener los brazos extendidos.
- Realizar compresiones fuertes y rápidas, a un ritmo aproximado de 100 a 120 por minuto.
- Permitir que el pecho se eleve completamente entre cada compresión.
- Sigue indicaciones del 107
- Usa DEA si hay disponible



**Los niños pueden colaborar con:**

- Abrir espacio
- Buscar un DEA
- Tranquilizar al entorno

- **EN CASO DE HABER OBSTRUCCIÓN DE LA VÍA AÉREA: CAUSAS Y CONSECUENCIAS**

Respirar y comer son acciones que hacemos todos los días. Para que podamos hacerlo bien, el cuerpo tiene que organizarse para que:

- El aire vaya a los pulmones
- La comida vaya al estómago

**Cuando esto no sucede, puede producirse un atragantamiento, que es una emergencia.**

### **¿QUÉ SUCEDE AL TRAGAR?**

Cuando comemos:

- Los alimentos se mastican
- Se forma el bolo alimenticio
- La epiglotis se cierra
- El alimento pasa al esófago
- El aire continúa su camino hacia los pulmones

Si este mecanismo no funciona correctamente, el alimento puede ingresar a la tráquea y producir una obstrucción de la vía aérea.

**La obstrucción de la vía aérea ocurre cuando:**

- Un alimento
- Un objeto pequeño
- O un líquido

Tapan el paso del aire, y la persona no puede respirar bien.

### Puede pasar cuando:

- Comemos muy rápido
- No masticamos bien
- Hablamos o reímos mientras comemos
- Nos llevamos objetos a la boca

### TIPOS DE OBSTRUCCIÓN:

- **Obstrucción parcial**

La persona:

- Puede toser
- Puede hacer sonidos
- Puede respirar con dificultad



#### La tos ayuda

Se debe **animar a seguir tosiendo** y avisar a un adulto.

- **Obstrucción total**

La persona:

- No puede hablar
- No puede toser
- Se lleva las manos al cuello
- Se agita
- Cambia de color



**Es una emergencia grave (iniciar la maniobra de Heimlich)**

La persona experimenta falta de oxígeno y puede desmayarse... Controlar ya que puede necesitar RCP si deja de respirar.

### ¿Qué deben hacer los niños en la escuela?

- Avisar rápido a un adulto
- No dejar sola a la persona
- Llamar al **107** con ayuda
- Mantener la calma

## Maniobra de Heimlich

### En adultos y niños mayores de 1 año

1. Colocarse detrás de la persona
2. Rodear la cintura con los brazos
3. Cerrar una mano en puño y colocarla entre el ombligo y el esternón
4. Tomar el puño con la otra mano
5. Realizar empujes rápidos hacia adentro y arriba
6. Repetir hasta que:
  - El objeto salga
  - La persona respire
  - O pierda el conocimiento

### Cuando es un bebé

**Si el bebé:** Llora, Tose o Hace sonidos

– **Todavía le pasa aire ( no es tan grave)**

**Si él bebé:** no llora, ni tose, **NO le pasa el aire, entonces:**

- Lo coloca boca abajo
- Da golpecitos suaves en la espalda
- Alterna con presiones en el pecho

**Si la persona no respira y se desmaya ¿Qué debo hacer?**

Llamar al **107**

Avisar urgente

Iniciar RCP

No meter los dedos en la boca

**Maniobra de Heimlich  
en bebés (empujes  
en el pecho).**



**Maniobra de Heimlich  
en bebés (golpes en  
la espalda).**



**Maniobra de Heimlich  
en niños.**



**Maniobra de Heimlich  
en adultos.**

## UNIDAD N°3: “Emergencias frecuentes en la escuela”

### En la escuela pueden suceder:

- Desmayos
- Convulsiones
- Caídas y golpes
- Intoxicaciones
- Picaduras y mordeduras

### Estas situaciones pueden aparecer por:

- Cansancio o esfuerzo físico
- Nervios o estrés
- Enfermedades
- Juegos o accidentes

### En caso de Shock

El **shock** ocurre cuando la sangre **no llega bien a todo el cuerpo**.  
Puede pasar después de:



- Una caída fuerte
- Una pérdida importante de sangre
- Una reacción alérgica

#### ¿Qué se hace?

- Acostar a la persona
- Taparla para que no tenga frío
- Elevar las piernas si el adulto lo indica
- Llamar al **107**

### En caso de hemorragias (sangrado)



Una **hemorragia** es cuando sale mucha sangre.

#### ¿Qué pueden hacer los niños?

- Avisar a un adulto
- No tocar la sangre
- Ayudar a buscar gasas o vendas

#### ¿Qué hace el adulto?

- Presiona la herida
- Levanta el brazo o la pierna
- Usa protección (guantes)

### En caso de heridas:

Las heridas son lesiones que se producen en la piel cuando nos lastimamos jugando, corriendo o por un accidente. Pueden doler, sangrar o arder, y necesitan ser cuidadas correctamente para que no se infecten.



Las heridas pueden producirse por:

- **Cortes:** con objetos filosos como tijeras, vidrios o latas.
- **Raspones:** al caerse y rozar la piel con el piso, la pared o el suelo.
- **Golpes:** cuando la piel se lastima al chocar contra un objeto o al caer.

**¿Qué deben hacer los niños?** Ante una herida, los niños deben aprender que no pueden curar solos, pero sí pueden ayudar de manera responsable:

- Avisar rápidamente a un adulto.  
Mantener la calma.
  - No tocar la herida con las manos sucias.
  - No soplar la herida.
  - Acompañar al compañero hasta que llegue el adulto.
- **Siempre es un adulto quien limpia y cura la herida.**

### En caso de quemaduras

Las **quemaduras** son lesiones que se producen en la **piel** cuando esta entra en contacto con algo que hace daño. Pueden provocar **dolor, enrojecimiento, ardor y ampollas**, y en algunos casos necesitan atención médica.

En la escuela y en la casa, es importante aprender a **reconocerlas** y **saber qué hacer**, siempre pidiendo ayuda a un adulto.

Las quemaduras pueden producirse por:



- **Fuego:** velas, fósforos, encendedores, fogones o incendios.
- **Líquidos calientes:** agua, leche, aceite, mate, sopa o comida recién hecha.
- **Sol:** exposición prolongada sin protección, especialmente en verano.

### ¿QUÉ SE DEBE HACER ANTE UNA QUEMADURA?

En la escuela, los niños **no actúan solos**, sino que **avisan y acompañan**.

- Avisar inmediatamente a un adulto (docente, preceptor, directivo).
- Colocar la zona afectada bajo agua corriente fría durante varios minutos.
- Mantener la calma y quedarse acompañando.

### ¿QUÉ **NO** SE DEBE HACER?

- No poner cremas, pastas, manteca, dentífrico ni remedios caseros.
- No reventar ampollas.
- No tocar la quemadura con las manos.

## En caso de traumatismos (Golpes)

Los traumatismos son golpes fuertes que pueden causar dolor o hinchazón.



### ¿Qué se hace?

- Dejar quieta la parte golpeada
- Colocar frío con ayuda del adulto
- Observar si hay dolor fuerte

### Pueden ser:

- **Fractura:** el hueso se rompe
- **Esguince:** se lastiman los ligamentos
- **Luxación:** el hueso se sale de lugar

**NUNCA INTENTAR ACOMODAR UN HUESO.**

## En caso de Convulsiones:

Las **convulsiones** son movimientos fuertes e involuntarios del cuerpo que ocurren cuando el cerebro envía señales desordenadas por un momento.

La persona **no puede controlarlos** y **no se da cuenta de lo que pasa**.

Pueden durar pocos minutos y luego la persona suele quedar cansada o confundida.

Las convulsiones pueden aparecer por:

- Fiebre muy alta
- Golpes fuertes en la cabeza
- Algunas enfermedades
- Epilepsia

En la escuela, pueden presentarse **sin aviso** y es importante saber cómo actuar. La persona puede:

- Caer al piso
- Mover brazos y piernas sin control
- Tener el cuerpo rígido
- No responder cuando se le habla
- Babear o hacer ruidos

### Rol de los niños:

- Avisar inmediatamente a un adulto
- No dejar sola a la persona
- Alejar objetos para que no se golpee
- Mantener la calma

### Acciones de los adultos:

- Protege la cabeza
- Espera a que termine la convulsión
- Coloca a la persona de costado cuando finaliza
- Llama al **107** si es necesario



## ¿QUÉ **NO** SE DEBE HACER?

- No sujetar a la persona
- No meter objetos ni dedos en la boca
- No darle agua ni comida
- No gritar ni sacudirla

## **En caso de Intoxicaciones**

Las intoxicaciones ocurren cuando una sustancia que puede ser peligrosa entra al cuerpo y provoca malestar o daño. Esto puede suceder por **ingerir, oler, tocar o respirar** sustancias que no son alimentos ni medicamentos indicados por un adulto.

Las intoxicaciones pueden producirse por:

- Medicamentos tomados sin indicación
- Productos de limpieza
- Plantas, hongos o sustancias desconocidas
- Gases o vapores
- Alimentos en mal estado

Una persona intoxicada puede:

- Sentirse mal del estómago
- Vomitar
- Tener mareos o dolor de cabeza
- Sentirse muy cansada o confundida
- Tener dificultad para respirar

### **Cómo actuar:**

- Avisar inmediatamente a un adulto
- No probar ni tocar sustancias desconocidas
- No dar comida, bebida ni medicamentos
- Ayudar a llamar al 107 si el adulto lo indica
- Mantener la calma

**+ Nunca provocar el vómito**

## **En caso de Picaduras y Mordeduras**

Las picaduras y mordeduras son lesiones que se producen cuando un animal o insecto pica o muerde para defenderse. En la mayoría de los casos provocan dolor o hinchazón, pero algunas pueden ser peligrosas.

### **PICADURAS**

Pueden ser de:

- Mosquitos
- Abejas
- Avispas
- Hormigas
- Arañas

### **MORDEDURAS**

Pueden ser de:

- Perros
- Gatos
- Otros animales

**Después de una picadura o mordedura puede aparecer:**

- Dolor o ardor
- Enrojecimiento
- Hinchazón
- Picazón

**Es emergencia si hay:**

- Dificultad para respirar
- Hinchazón en la cara o garganta
- Mucho dolor
- Mareos o desmayo

**Cómo actuar:**

- Avisar rápido a un adulto
- No rascarse
- No tocar ni apretar la zona
- Mantenerse tranquilo
- Lava la zona con agua
- Aplica frío si corresponde

- Observa la evolución
- Llama al 107 si es necesario



## SUGERENCIAS DE ACTIVIDADES

- **Juegos para reconocer roles y procedimientos:**

### 1. Juego: “¿Es seguro o no?”

**Objetivo:** Reconocer situaciones de riesgo y prevención.

**Desarrollo:**

- La docente muestra imágenes o lee situaciones (correr en el pasillo, enchufes mojados, empujar, jugar en el patio).
- Los niños levantan tarjeta verde (seguro) o roja (peligroso).
- Se conversa brevemente por qué.

Refuerza: autocuidado y prevención.

### 2. Juego de roles: “Aviso al adulto”

**Objetivo:** Practicar el pedido de ayuda.

**Desarrollo:**

- En parejas o tríos, un niño representa una situación (alguien se cae, se siente mal).
- Otro niño debe:
  - Mantener la calma
  - Acompañar
  - Avisar a un adulto (docente ficticio)
- Se verbaliza: “*Nunca ayudo solo, siempre aviso*”.

### 3. Actividad oral: “¿Emergencia o no?”

**Objetivo:** Reconocer señales de emergencia.

**Desarrollo:**

- La docente dice situaciones:
  - “Se cayó y no se levanta”
  - “Se raspó y llora”
  - “Está dormido y no responde”
- Los niños dicen si es una emergencia y qué hacen.

- **Juegos motores, corporales y de simulación:**

#### 4. Simulacro guiado: “Pasos para ayudar”

**Objetivo:** Integrar el protocolo escolar.

**Desarrollo:**

- Se arma una situación ficticia (muñeco o compañero).
- Los niños van diciendo los pasos:
  1. Mirar si el lugar es seguro
  2. Ver si responde
  3. Avisar a un adulto
  4. Observar la respiración
- El adulto realiza las maniobras reales.

Ideal para Educación Física.

#### 5. Juego: “La posición de seguridad”

**Objetivo:** Reconocer cuándo y cómo se coloca.

**Desarrollo:**

- Con un muñeco o entre pares (sin girarse realmente):
- Se señala:
  - De costado
  - Cabeza hacia un lado
  - Acompañar y observar
- Se refuerza que **los niños no lo hacen solos.**

#### 6. Circuito de prevención

**Objetivo:** Identificar riesgos en movimiento.

**Desarrollo:**

- Estaciones con carteles:
  - Pasillo
  - Patio
  - Aula

- En cada estación, los niños dicen qué conducta es segura.

- **Juegos que refuerzan lo aprendido**

### 7. Juego simbólico: “Respirar o atragantarse”

**Objetivo:** Comprender la obstrucción de la vía aérea.

**Desarrollo:**

- Con láminas o títeres se muestra:
  - Persona que tose (obstrucción parcial)
  - Persona que no habla ni tose (obstrucción total)
- Los niños dicen qué hacer: *avisar rápido*.

### 8. Juego de memoria: “107”

**Objetivo:** Reconocer el número de emergencias.

**Desarrollo:**

- Carteles con números.
- Se busca el 107.
- Se repite para qué sirve y a quién avisar.

- **Acciones expresivas, de revisión y evaluación**

### 9. Afiche o mural colectivo: “Así ayudamos en la escuela”

**Objetivo:** Síntesis de aprendizajes.

**Desarrollo:**

- Dibujo grupal con frases simples:
  - “Miro si es seguro”
  - “Aviso a un adulto”
  - “No ayudo solo”
- Se coloca en la escuela.

## 10. Dramatización con títeres

**Objetivo:** Abordar situaciones sensibles (convulsiones, desmayos).

**Desarrollo:**

- Personajes que muestran qué hacer y qué no hacer.
- Ideal para 1° ciclo.

## 11. Crear canciones, rimas, poesías, refranes.

**Ejemplo: Canción de concientización en primeros auxilios**

### Estrofa 1

Si alguien se cae y no está bien,  
primero miro si el lugar está bien.  
No corro, no empujo, me quedo acá,  
respiro profundo... y empiezo a actuar.

### Estrofa 2

Miro alrededor con mucha atención,  
si hay algo peligroso pido protección.  
Mi cuerpo es valioso, lo tengo que cuidar,  
si no es seguro, no me voy a acercar.

### Estribillo

Aviso a un adulto, no ayudo solo,  
acompañó tranquilo, despacio y con tono.  
Si hay una emergencia ya sé qué hacer:  
**cuidar, avisar y no correr.**

### Estrofa 3

Si no responde o no puede hablar,  
llamo a la seño, no voy a dudar.  
Si respira lento o raro al pasar,  
me quedo cerquita hasta que llegue alguien más.

### Estribillo

Aviso a un adulto, no ayudo solo,  
acompañó tranquilo, despacio y con tono.  
Si hay una emergencia ya sé qué hacer:  
**cuidar, avisar y no correr.**


#### **Estrofa 4**

Si alguien se atraganta al comer,  
no grito fuerte, sé qué hacer.  
Miro si tose, aviso al pasar,  
un adulto sabe cómo ayudar.

#### **Puente (hablado o cantado suave)**

Uno-cero-siete, lo puedo decir,  
es el número que ayuda a vivir.  
Yo soy un niño, puedo colaborar:  
avisar, acompañar y cuidar.

#### **Último estribillo (más fuerte)**

Aviso a un adulto, no ayudo solo,  
en la escuela cuidarnos es cosa de todos.  
Primeros auxilios para aprender:  
**cuidar la vida es querer** 

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Consejo Federal de Educación. (2018). *La educación para el cuidado del cuerpo y la salud en la escuela primaria*. Buenos Aires: Autor.
- Cruz Roja Argentina. (2018). *Primeros auxilios básicos*. Buenos Aires: Autor.
- Cruz Roja Argentina. (2018). *Primeros auxilios: Manual básico*. Buenos Aires: Cruz Roja Argentina.
- Cruz Roja Internacional. (2016). *Guía básica de primeros auxilios*. Ginebra: Autor.
- Delors, J. (1996). *La educación encierra un tesoro*. París: UNESCO.
- Kaplan, C. (2007). *La convivencia escolar*. Buenos Aires: Miño y Dávila.
- Ministerio de Educación de la Nación. (2011). *Núcleos de Aprendizajes Prioritarios para el Nivel Primario*. Consejo Federal de Educación.
- Ministerio de Educación de la Nación. (2020). *Lineamientos para el cuidado y la prevención en el ámbito escolar*. Buenos Aires: Autor.
- Ministerio de Educación de la Nación. (2020). *Lineamientos y protocolos de actuación ante emergencias en el ámbito escolar*. Buenos Aires: Autor.
- Ministerio de Salud de la Nación. (2019). *Recomendaciones para la atención de emergencias y primeros auxilios en instituciones educativas*. Buenos Aires: Autor.
- Organización Mundial de la Salud. (2014). *Promoción de la salud en la infancia*. Ginebra: OMS.
- Organización Mundial de la Salud. (2014). *Promoción de la salud en la escuela: Marco para la acción*. Ginebra: OMS.
- Organización Mundial de la Salud. (2018). *Guías básicas de primeros auxilios*. Ginebra: OMS.
- UNICEF. (2016). *Escuelas seguras y entornos protectores para la infancia*. Buenos Aires: UNICEF Argentina.
- UNICEF. (2019). *Escuelas seguras y saludables*. Buenos Aires: UNICEF.

# PROGRAMA RCP EN LA ESCUELA

## Manos al Corazón:

### El RCP en la Escuela Secundaria



Dirección de Educación Física

2.026

La Ley de Educación Nacional 26.061 y la Ley Provincial 8.391 de Educación de Tucumán, establecen **la educación para la salud** como un eje fundamental del currículo escolar, incluyendo la formación en primeros auxilios. A nivel jurisdiccional, el Programa de Enseñanza de RCP en las Escuelas, es implementado desde 2015, alcanzando anualmente cerca de 1500 agentes educativos, estudiantes y familias.

Este programa educativo, combina un enfoque de salud integral enriquecido desde los aportes disciplinares de la educación física, garantizando el cumplimiento de pilares de la educación tucumana como la Pedagogía del cuidado, la alfabetización científica, la innovación en la enseñanza y la formación continua, especializada y de calidad.

La educación tucumana en general desde sus diversas propuestas nos invita a pensar la ciencia y la salud como campos de saber complejos en los que intervienen diversas áreas. Los sujetos destinatarios directos y mediadores de estos saberes son parte de una dimensión bio-psico-social, es decir, que son -somos- atravesados por factores biológicos, psicológicos y conductuales; sociales y culturales, que desempeñan un papel significativo en la actividad humana y en el compromiso social por el cuidado de la vida. Es por ello, que enseñar y aprender desde el Programa de RCP es permitir a las instituciones educativas y sus sujetos una ganancia pedagógica innegable, que nutre las prácticas educativas desde un enfoque inter, multi y transdisciplinar (Jara, 2020).

La población de adolescentes, jóvenes y sus docentes se enmarcan en los destinatarios específicos de la Ley Nacional 26.835, la cual establece la obligatoriedad de enseñar maniobras de RCP y uso de DEA a docentes y estudiantes de escuelas secundarias para prevenir muertes súbitas, capacitando en técnicas básicas de primeros auxilios.

Más allá de lo legal, la enseñanza de RCP aporta un valor pedagógico innegable. Fomenta la empatía, la responsabilidad social y la capacidad de actuar con rapidez y seguridad en situaciones de emergencia, desarrollando habilidades socioemocionales esenciales. La RCP es una técnica sencilla que puede ser aprendida por personas de todas

las edades, brindando a los estudiantes un conocimiento práctico que les permite ayudar a otros en caso de fragilidad de la vida.

Tucumán presenta un contexto específico que refuerza la urgencia de esta iniciativa: la provincia registra un alto índice de enfermedades cardiovasculares y accidentes, haciendo de la RCP una herramienta fundamental para la prevención y la atención de emergencias. La implementación del proyecto en las escuelas de Tucumán requiere de la formación adecuada de docentes y la adquisición de materiales didácticos apropiados. Es crucial que la enseñanza sea práctica, participativa y adaptada a las diferentes edades.

### **Habitar lo complejo, lo integral y lo transversal**

Enseñar y aprender la RCP en la escuela secundaria nos posiciona en el **paradigma de la complejidad**, una modalidad educativa que trasciende los contenidos curriculares aislados. Es una temática que obliga a pensar abordajes integrales de asignaturas ligadas entre sí. Desde **biología** se verá el sistema circulatorio y respiratorio, la anatomía del corazón y los pulmones, desde la **educación física** se aportarán los aspectos preventivos y hábitos saludables, como los abordajes más obvios, pero la invitación es a incluir desde las **matemáticas** análisis estadísticos de casos, de estudio de poblaciones, de variables numéricas y probabilistas de mejoras, desde la **literatura** se invitará a revisar el registro y la comunicación para crear nuevos modos de enunciar la problemática y sus posibles soluciones a las nuevas generaciones. Desde la **geografía**, se pueden proponer mapeos y cartografías que sitúen países y regiones con mayores indicadores críticos o con casos de éxito... Desde la **Historia y la Psicología**, nos adentraremos en estudiar esas culturas sus costumbres, su vínculo con la salud, sus hábitos y creencias, las configuraciones del inconsciente colectivo... Desde la **ética o filosofía**, se impulsa la reflexión del cuidado de otros, el compromiso por el sostén de la trama social solidaria, empática y respetuosa con la urgencia de la vida. Así cada área disciplinar tiene lugar dentro de un abordaje inter y transdisciplinar.

Como se viene evidenciando, trabajar RCP es también posicionarse desde la gran riqueza desde el **enfoque de enseñanza por proyectos** o desde el **aprendizaje en servicio**. Estos modos apuntan a que además el aprendizaje trascienda a la escuela para volverse un capital cultural de la comunidad. Es por ello que, enseñar y aprender RCP, es una invitación a repensar la práctica curricular estructuralmente dividida en disciplinas, para habitar la *transdisciplina en la escuela* (Velasco, 2018).

La implementación del Programa “Manos al Corazón: RCP en la Escuela Secundaria” responde a la necesidad de fortalecer, desde el ámbito educativo, una cultura de la prevención, el autocuidado y la responsabilidad social, reconociendo a la escuela secundaria como un espacio clave para la formación integral de adolescentes críticos, solidarios y comprometidos con el cuidado de la vida.

Durante esta etapa educativa, los y las estudiantes desarrollan una mayor autonomía, capacidad de análisis y responsabilidad frente a situaciones que pueden implicar riesgos para sí mismos y para otros. En este sentido, el abordaje sistemático de contenidos vinculados a los primeros auxilios, la evaluación inicial de emergencias, la activación del sistema de emergencias, la Reanimación Cardiopulmonar (RCP) y la atención primaria ante lesiones frecuentes, resulta fundamental para brindar herramientas concretas que permitan reconocer situaciones críticas, actuar de manera segura y solicitar ayuda especializada de forma oportuna.

El programa contribuye a la construcción de prácticas escolares seguras, al fortalecimiento de los protocolos institucionales de actuación y a la consolidación del trabajo cooperativo, promoviendo valores como la solidaridad, el respeto, la empatía y el compromiso colectivo con la vida.

## **OBJETIVO GENERAL**

Promover en los diversos actores de la educación secundaria el desarrollo de conocimientos, habilidades y actitudes vinculadas a la prevención de riesgos, los primeros

auxilios y la actuación responsable ante situaciones de emergencia, fortaleciendo el autocuidado, la solidaridad, el trabajo en equipo y la valoración de la vida en el ámbito escolar y comunitario.

### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Reconocer situaciones de riesgo y emergencia en los distintos espacios escolares, comprendiendo la importancia de la prevención y la seguridad personal y colectiva.
- Desarrollar la capacidad de realizar una evaluación inicial de la escena y de la víctima, identificando signos básicos de conciencia y respiración, sin poner en riesgo la propia seguridad.
- Conocer y aplicar adecuadamente la activación del sistema de emergencias (107), comunicando información clara, precisa y oportuna ante una situación crítica.
- Comprender el rol, las responsabilidades y los límites del primer respondiente escolar, actuando de manera responsable y respetando los protocolos institucionales.
- Adquirir nociones básicas de Reanimación Cardiopulmonar (RCP), uso del DEA, Maniobra de Heimlich y atención primaria ante emergencias frecuentes, valorando la importancia de la intervención temprana y el pedido de ayuda especializada.
- Fomentar actitudes solidarias, empáticas y de trabajo cooperativo, participando activamente en simulacros, prácticas guiadas y brigadas escolares, promoviendo el cuidado de la vida propia y de los demás.

## **CONTENIDOS SUGERIDOS**

### **UNIDAD N.º 1: “Prevención, autocuidado y cuidado del otro”**

- Autocuidado y cuidado del otro en la adolescencia.
- Normas básicas de seguridad en el ámbito escolar.
- Incidentes traumáticos no intencionales: causas y prevención.
- Primeros auxilios: definición, finalidad y límites de actuación.
- Concepto de emergencia y signos de alerta.
- Pedido de ayuda y activación del sistema de emergencias (107).
- Rol del primer respondiente escolar.
- Seguridad y autocuidado del auxiliador.

### **UNIDAD N.º 2: “Cómo actuamos ante una emergencia en la escuela”**

- Protocolos de actuación ante emergencias en el ámbito escolar.
- Importancia de la calma y la organización institucional.
- Evaluación inicial de la escena y de la víctima.
- Estado de conciencia y observación de la respiración.
- Posición lateral de seguridad.
- Activación del sistema de emergencias médicas (107).
- Reanimación cardiopulmonar (RCP): definición, finalidad y relevancia social.
- RCP en lactantes y en niños.
- Cadena de supervivencia.
- Uso del Desfibrilador Externo Automático (DEA).
- Relación entre el sistema respiratorio y el sistema circulatorio.
- Obstrucción de la vía aérea: causas, tipos y consecuencias.
- Maniobras de desobstrucción (Heimlich) en diferentes situaciones.

### **UNIDAD N.º 3: “Emergencias frecuentes en el ámbito escolar”**

- Emergencias frecuentes en el ámbito escolar: desmayos, convulsiones, traumatismos, intoxicaciones, picaduras y mordeduras.
- Actuación inicial ante situaciones de emergencia.
- Concepto de shock y signos de alerta.
- Hemorragias: tipos y riesgos.
- Heridas y quemaduras: clasificación básica y cuidados iniciales.
- Traumatismos: nociones generales.
- Fracturas, esguinces y luxaciones: características y diferencias.
- Convulsiones: causas, manifestaciones y cuidados básicos.
- Intoxicaciones: formas de ingreso al organismo y señales de alarma.
- Picaduras y mordeduras: tipos, riesgos y signos de emergencia.
- Importancia del pedido de ayuda y de la activación del sistema de emergencias (107).

### **ENFOQUE INTERDISCIPLINARIO:**

#### **Articulación con otros espacios curriculares**

- **Educación Física:** Contribuye al reconocimiento del cuerpo en movimiento, la prevención de lesiones, el autocuidado, la preparación física básica para la RCP y la participación en simulacros, promoviendo la conciencia corporal y el trabajo en equipo.
- **Ciencias Naturales / Biología:** Aporta conocimientos sobre la anatomía y fisiología del sistema respiratorio y circulatorio, permitiendo comprender la base

científica de la RCP, la respiración, la circulación sanguínea y las respuestas del cuerpo ante emergencias.

- **Formación Ética y Ciudadana / Construcción de la Ciudadanía:** Favorece la reflexión sobre la responsabilidad social, la solidaridad, el compromiso comunitario, el respeto por la vida, los derechos y deberes ante situaciones de emergencia y el rol del ciudadano como primer respondiente responsable.
- **Educación para la Salud:** Profundiza el enfoque preventivo, el autocuidado, la identificación de factores de riesgo y la promoción de hábitos saludables, articulando la intervención escolar con el cuidado de la salud individual y colectiva.
- **Lengua y Literatura:** Aporta al desarrollo de la comunicación clara y efectiva, necesaria para la activación del sistema de emergencias, la transmisión de información precisa y el trabajo con consignas, protocolos, análisis de casos y producciones escritas vinculadas a la prevención.
- **Tecnología / TIC:** Permite el uso de recursos digitales, simuladores, videos educativos, presentaciones interactivas y análisis de materiales audiovisuales vinculados a la RCP, primeros auxilios y protocolos de emergencia.

\*Las mencionadas articulaciones, no son más que sugerencias. Se valora el compromiso pedagógico y didáctico de los docentes intervinientes para lograr propuestas creativas, integrales y complejas que den respuesta a la temática.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Consejo Federal de Educación. (2018). *La educación para el cuidado del cuerpo y la salud en la escuela primaria*. Buenos Aires: Autor.
- Cruz Roja Argentina. (2018). *Primeros auxilios: Manual básico*. Buenos Aires: Cruz Roja Argentina.
- Fernández Balboa, C., & Ceci, P. (2009). *Contenidos transversales* (cap. “Contenidos transversales”). En *Aunque no la veamos, la cultura siempre está: Patrimonio intangible de la Argentina*. Fundación de Historia Natural Félix de Azara–Ministerio de Educación de la Nación.
- Gellon, Gabriel (2005): *La ciencia en el aula. Lo que nos dice la ciencia sobre cómo enseñarla*. Paidós. Bs As. Argentina.
- Ley 26.835 (2012): *Promoción y Capacitación en las técnicas de RCP en las Escuelas Secundarias Argentinas*.
- Ley 27.159 (2015). *Promoción del aprendizaje de técnicas de RCP en la población*. Boletín Oficial de la República Argentina.
- Ministerio de Educación de la Nación. (2020). *Lineamientos y protocolos de actuación ante emergencias en el ámbito escolar*. Buenos Aires: Autor.
- Ministerio de Educación de la Nación. (s.f.). *Recursos y materiales didácticos para la enseñanza de RCP en las escuelas*. Plataforma "Educar".Boletín Oficial de la República Argentina.
- Ministerio de Educación Tucumán (2007): *Diseño curricular – Bachiller en Educación Física*. Tucumán.
- Ministerio de Salud de la Nación. (2016). *Resolución 1389/2016. Recomendaciones para la enseñanza de Reanimación Cardiopulmonar (RCP) en el ámbito de la comunidad*. Boletín Oficial de la República Argentina.
- Ministerio de Salud de la Nación. (2019). *Recomendaciones para la atención de emergencias y primeros auxilios en instituciones educativas*. Buenos Aires: Autor.
- Najt Silvio. *Primeros Auxilios en el Colegio. Qué hacer hasta que llega la ambulancia*. Editorial Del Nuevo Extremo. Buenos Aires 2009.

- Organización Mundial de la Salud. (2014). *Promoción de la salud en la escuela: Marco para la acción*. Ginebra: OMS.
- Organización Mundial de la Salud. (2018). *Guías básicas de primeros auxilios*. Ginebra: OMS.
- Resolución CFE N° 306/17: El Consejo Federal de Educación - "Marco Referencial para la Enseñanza de la RCP en el Sistema Educativo Obligatorio.
- UNICEF. (2016). *Escuelas seguras y entornos protectores para la infancia*. Buenos Aires: UNICEF Argentina.

# CUADERNILLO DE CONTENIDOS Y ACTIVIDADES



## MANOS AL CORAZÓN: “EL RCP EN LA ESCUELA SECUNDARIA”

Dirección de Educación Física  
Año 2026

## **UNIDAD N° 1: “PREVENCIÓN, AUTOCUIDADO Y CUIDADO DEL OTRO”**

En el Nivel Secundario, la escuela cumple un rol fundamental en la formación integral de los estudiantes, promoviendo el desarrollo del autocuidado, la prevención de riesgos y el respeto por el cuerpo propio y ajeno, en un contexto de creciente autonomía y toma de decisiones personales. El cuidado del cuerpo se concibe como una construcción consciente que involucra hábitos saludables, responsabilidad individual y compromiso colectivo, fundamentales para la vida cotidiana y la participación social (OMS, 2014).

Desde esta perspectiva, la enseñanza de los primeros auxilios se aborda con un enfoque educativo, preventivo y ciudadano, adecuado a la etapa evolutiva de los adolescentes. No se limita a la adquisición de técnicas, sino que prioriza el reconocimiento de situaciones de riesgo y emergencia, la protección personal y del entorno, la evaluación responsable de las propias posibilidades de intervención y el pedido oportuno de ayuda a los servicios de emergencia o a adultos responsables.

La integración de estos contenidos favorece el desarrollo de actitudes de calma, empatía, cooperación y compromiso frente a situaciones críticas, fortaleciendo el rol de la escuela secundaria como espacio de educación para la salud, la convivencia democrática y la construcción de una cultura del cuidado y la prevención (Cruz Roja Argentina, 2018).

### **NORMAS BÁSICAS DE SEGURIDAD Y AUTOCUIDADO**

Las normas de seguridad constituyen acuerdos institucionales y sociales orientados a la prevención de accidentes y a la protección de la integridad física y emocional de las personas. En el ámbito escolar, incluyen el uso responsable de los espacios y materiales, el respeto por consignas y protocolos, la circulación segura, la convivencia respetuosa y el cuidado de los bienes comunes.

El desarrollo del autocuidado en la adolescencia implica la capacidad de anticipar riesgos, evaluar consecuencias y tomar decisiones responsables, tanto en la escuela como en otros

ámbitos de la vida cotidiana. Este proceso favorece la autonomía progresiva, el pensamiento crítico y la construcción de una ciudadanía activa y responsable, en coherencia con los principios de *aprender a ser* y *aprender a convivir* (Delors, 1996).

## **INCIDENTES TRAUMÁTICOS NO INTENCIONALES: CAUSAS, FACTORES DE RIESGO Y PREVENCIÓN**

Los incidentes traumáticos no intencionales son aquellos accidentes que ocurren sin intención de causar daño, como caídas, golpes, quemaduras o atragantamientos. En la adolescencia, estos eventos suelen vincularse a conductas de riesgo, a una percepción limitada del peligro o a condiciones ambientales inseguras.

La prevención en el ámbito escolar se concibe como un proceso integral y continuo orientado a anticipar, reducir y evitar situaciones de riesgo que puedan afectar la salud y la seguridad de los estudiantes. Según la OMS (2014), se sustenta en la identificación de factores de riesgo, la promoción de entornos seguros y el desarrollo de conductas responsables y de autocuidado.

## **PRIMEROS AUXILIOS: DEFINICIÓN Y FINALIDAD**

Los primeros auxilios constituyen el conjunto de acciones inmediatas, temporales y limitadas que se brindan a una persona que ha sufrido un accidente o una enfermedad repentina, hasta la llegada de personal de salud especializado. Su finalidad es preservar la vida, evitar el agravamiento de las lesiones y favorecer una recuperación inicial (Cruz Roja Argentina, 2018).

Es fundamental que los estudiantes comprendan que los primeros auxilios **no reemplazan la atención médica profesional**, sino que constituyen una respuesta inicial. Asimismo, deben respetarse los límites de actuación del auxiliador, evitando prácticas invasivas, la administración de medicamentos o procedimientos para los cuales no se cuenta con capacitación (OMS, 2014).

## CARACTERÍSTICAS DE LOS PRIMEROS AUXILIOS

- **Inmediatos:** se aplican rápidamente en el lugar del hecho.
- **Temporales:** no sustituyen la atención médica profesional.
- **Preventivos:** evitan el agravamiento de la lesión.
- **Sencillos:** pueden ser realizados por personas capacitadas.
- **Seguros:** priorizan la seguridad del auxiliador y de la víctima.
- **Humanitarios:** buscan preservar la vida y aliviar el sufrimiento.

## COMPONENTES FUNDAMENTALES DE LOS PRIMEROS AUXILIOS

- Evaluación inicial de la escena y de la víctima.
- Activación del sistema de emergencias (107).
- Reanimación cardiopulmonar (RCP).
- Desobstrucción de la vía aérea.
- Control de hemorragias.
- Atención inicial de heridas, quemaduras y traumatismos.
- Manejo básico de fracturas, esguinces y luxaciones.
- Actuación ante desmayos, convulsiones y shock.
- Primeros auxilios ante intoxicaciones, picaduras y mordeduras.
- Posición lateral de seguridad.
- Traslado básico de la víctima.

## RECONOCIMIENTO DE UNA EMERGENCIA

Una emergencia es una situación inesperada que pone en riesgo la salud o la vida de una persona y requiere una intervención inmediata y adecuada. En el nivel secundario se promueve el reconocimiento de signos de gravedad, como pérdida de conciencia,

hemorragias importantes, dificultades respiratorias, dolores intensos o imposibilidad de responder adecuadamente.

La identificación temprana de una emergencia constituye el primer paso para una actuación eficaz y segura (Cruz Roja Internacional, 2016).

### **EL PEDIDO DE AYUDA Y LA ACTIVACIÓN DEL SISTEMA DE EMERGENCIAS (107)**

El pedido de ayuda es una acción central en los primeros auxilios escolares. Los estudiantes deben reconocer la importancia de comunicar rápidamente la situación a adultos responsables de la institución y activar los protocolos establecidos.

La activación temprana del sistema de emergencias médicas (107) permite una respuesta oportuna y adecuada, evitando demoras que puedan agravar el cuadro.

Pedir ayuda no es una señal de debilidad, sino una conducta responsable, solidaria y comprometida con el cuidado propio y colectivo (Kaplan, 2007).

### **ROL DEL PRIMER RESPONDIENTE ESCOLAR: RESPONSABILIDADES Y LÍMITES**

El primer respondiente escolar es la persona que interviene de manera inmediata ante una emergencia dentro de la institución hasta la llegada de personal especializado. Generalmente es un docente, directivo o personal escolar presente en el momento del incidente.

Sus responsabilidades incluyen:

- Evaluar la seguridad de la escena.
- Proteger a la víctima y evitar daños mayores.
- Evaluar el estado de conciencia y la respiración.
- Activar el sistema de emergencias.
- Brindar primeros auxilios básicos, siempre que cuente con capacitación.

Sus límites están dados por su formación, el marco legal y los protocolos escolares. No debe realizar diagnósticos, administrar medicación ni efectuar procedimientos invasivos (Cruz Roja Argentina, 2018).

### **AUTOCAUIDADO Y SEGURIDAD DEL AUXILIADOR**

El autocuidado del auxiliador es un principio fundamental de los primeros auxilios. Ninguna acción de ayuda debe realizarse poniendo en riesgo la propia integridad física. El uso de elementos de protección personal y el respeto por las normas de bioseguridad son esenciales para prevenir accidentes y contagios. Reconocer las propias limitaciones y solicitar ayuda cuando la situación lo requiera también forma parte de una intervención responsable (AHA, 2020).

## **UNIDAD N 2: “CÓMO ACTUAMOS ANTE UNA EMERGENCIA EN LA ESCUELA”**

Los protocolos de actuación ante emergencias en la escuela establecen pautas claras y compartidas sobre cómo proceder frente a situaciones que ponen en riesgo la salud o la integridad de las personas. En el nivel secundario, estos protocolos orientan a los estudiantes a mantener la calma, evaluar la situación de manera responsable, brindar acompañamiento inicial sin exponerse a riesgos y comunicar de forma inmediata el hecho a los adultos responsables o a los equipos designados por la institución.

La aplicación adecuada de estos protocolos contribuye al fortalecimiento de la organización institucional, promueve intervenciones ordenadas y seguras, y favorece el desarrollo de la responsabilidad individual y colectiva. Asimismo, brinda seguridad emocional a los estudiantes, al ofrecer marcos de acción claros que les permiten actuar con criterio, compromiso y cuidado hacia sí mismos y hacia los demás (Ministerio de Educación, 2020).

### **PRIMERO ENTENDER EL “PARA QUÉ” Y EL “CÓMO” GENERAL**

- Sentido de los protocolos escolares.
- Importancia de mantener la calma.
- Rol del estudiante: acompañar, no exponerse, comunicar.
- Responsabilidad individual y colectiva.
- Seguridad emocional y organización institucional.

*(Ministerio de Educación, 2020)*

## PROTOCOLOS DE ACTUACIÓN EN LA ESCUELA

- **PASO 1 EVALUACIÓN INICIAL DE LA ESCENA Y DE LA VÍCTIMA**

La evaluación inicial es el primer paso ante cualquier emergencia. Consiste en observar el entorno para verificar que la escena sea segura tanto para el auxiliador como para la víctima, identificando posibles riesgos como fuego, electricidad, tránsito u objetos peligrosos.



Posteriormente, se realiza la evaluación primaria de la víctima, comprobando el nivel de conciencia, la respiración y la presencia de signos vitales básicos. Esta valoración rápida permite tomar decisiones adecuadas y priorizar las acciones de ayuda (American Heart Association [AHA], 2020).

- **PASO 2: VALORACIÓN INICIAL DE LA VÍCTIMA: ESTADO DE CONCIENCIA**

La valoración inicial de la víctima constituye una instancia fundamental en la atención primaria ante una emergencia, ya que permite identificar de manera rápida y eficaz aquellas situaciones que comprometen la vida y definir las acciones inmediatas a realizar. De acuerdo con la American Heart Association (AHA, 2020), esta evaluación debe ser sistemática, breve y precisa, priorizando la seguridad del primer respondiente y de la persona afectada.

La evaluación comienza con la comprobación del estado de conciencia, utilizando estímulos verbales claros y estímulos táctiles suaves, como hablarle a la persona, llamarla por su nombre si se lo conoce o sacudir levemente sus hombros. La ausencia de respuesta ante estos estímulos indica una posible alteración neurológica y requiere una intervención inmediata. En el contexto escolar, esta acción debe realizarse manteniendo la calma y transmitiendo tranquilidad al entorno, evitando generar pánico entre los estudiantes.



A continuación, se procede a la observación de la respiración, verificando si la persona respira normalmente. Esta valoración se realiza observando el movimiento del tórax y escuchando o sintiendo el paso del aire durante unos segundos. La ausencia de respiración o la presencia de respiración agónica constituyen signos de extrema gravedad y demandan el inicio inmediato de las maniobras de reanimación cardiopulmonar (RCP), así como la activación urgente del sistema de emergencias.

La detección precoz de una alteración en la conciencia o de la respiración resulta clave para mejorar las posibilidades de supervivencia, ya que cada minuto sin oxígeno aumenta el riesgo de daño irreversible. Por ello, la valoración inicial no solo cumple una función diagnóstica básica, sino que orienta las decisiones rápidas y adecuadas del primer respondiente escolar.

En el ámbito escolar, esta valoración debe realizarse con calma, responsabilidad y claridad en la toma de decisiones, respetando los protocolos institucionales vigentes y solicitando apoyo a las autoridades escolares. Asimismo, es fundamental asegurar la supervisión del resto del grupo, garantizando un entorno seguro mientras se asiste a la persona afectada.

Ante una situación de posible emergencia, el primer paso consiste en verificar si la persona responde, siempre priorizando la seguridad personal y del entorno.

- Llamar a la persona en voz alta y clara: “¿Estás bien?”
- Estimular suavemente el hombro **solo si la situación es segura**.
- Observar si **respira normalmente**.
- Verificar si **presenta movimientos voluntarios**.
- Identificar la presencia de **ruidos respiratorios anormales**.

### **SI LA PERSONA RESPONDE**

- Permanecer acompañando, manteniendo la calma.
- Evitar que se levante o se movilice si manifiesta dolor o malestar.
- Avisar de inmediato a un **adulto responsable** (docente, preceptor, directivo) y seguir las indicaciones del protocolo institucional.

### **PASO 3 OBSERVAR LA RESPIRACIÓN**

Una vez verificado que la persona no responde, se debe observar cuidadosamente si **respira normalmente**, sin realizar maniobras innecesarias y manteniendo la seguridad del entorno.

### **SI RESPIRA: NO SE REALIZA RCP**

- Se brinda **cuidado y acompañamiento**, manteniendo la calma.
- Se coloca a la persona en **posición lateral de seguridad**, con el fin de facilitar la respiración y prevenir la aspiración de vómitos o secreciones.
- Se controla de manera permanente su estado (respiración y conciencia).

- Se solicita o se espera la **llegada de ayuda** (servicios de emergencia o personal autorizado), siguiendo el protocolo institucional.

- **PASO 4 POSICIÓN LATERAL DE SEGURIDAD**



La posición lateral de seguridad es una técnica de primeros auxilios utilizada en personas inconscientes que respiran de manera espontánea. Su finalidad es mantener la vía aérea permeable, prevenir la

aspiración de vómitos o secreciones y evitar la obstrucción respiratoria (Cruz Roja Argentina, 2018).

Esta posición se recomienda únicamente cuando no se sospechan lesiones en la columna vertebral y debe mantenerse hasta la llegada del personal de emergencias. En la educación secundaria, su enseñanza promueve conductas responsables, el cuidado del otro y el respeto por los límites de actuación del auxiliador escolar (OMS, 2014).

### **Posición lateral de seguridad**

#### **Verificar la seguridad**

- Asegurarse de que el lugar sea seguro para la víctima y para quien asiste.
- Confirmar que la persona esté inconsciente pero respire normalmente.

#### **Colocar a la persona boca arriba**

- Ubicar a la víctima en decúbito dorsal (boca arriba), sobre una superficie firme.
- Aflojar ropa ajustada si fuera necesario.

### **Posicionar el brazo más cercano**

- Colocar el brazo más cercano al auxiliador en ángulo recto con el cuerpo.
- Doblar el codo con la palma de la mano hacia arriba.

### **Colocar el brazo opuesto**

- Tomar el brazo más lejano y cruzarlo sobre el pecho.
- Apoyar el dorso de esa mano sobre la mejilla más cercana al auxiliador, manteniéndola en su lugar.

### **Flexionar la pierna lejana**

- Doblar la pierna más alejada del auxiliador, apoyando el pie en el suelo.
- La pierna cercana permanece extendida.

### **Girar a la persona de lado**

- Sujetar la pierna flexionada y girar suavemente el cuerpo hacia el auxiliador, manteniendo alineada la cabeza.
- La persona debe quedar recostada de lado

### **Asegurar la posición**

- Inclinar levemente la cabeza hacia atrás para mantener la vía aérea abierta.
- Ajustar la pierna superior para que quede flexionada y estable.
- La boca debe quedar orientada hacia abajo para permitir la salida de secreciones.

### **Control y espera**

- Controlar periódicamente la respiración.
- No dejar sola a la persona.
- Mantener la posición hasta la llegada del servicio de emergencias.

## • **PASO 5: ACTIVACIÓN DEL SISTEMA DE EMERGENCIAS (107): CUÁNDO Y CÓMO SOLICITAR AYUDA**

La activación temprana del sistema de emergencias médicas es un paso clave para garantizar una atención oportuna y eficaz. En Argentina, el número 107 permite acceder a servicios de emergencia prehospitalaria. Se debe solicitar ayuda cuando la víctima presenta pérdida de conciencia, dificultad o ausencia de respiración, convulsiones, traumatismos graves, dolor intenso o cualquier situación que suponga riesgo vital (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2014).

La llamada debe realizarse de forma clara, tranquila y ordenada, siguiendo las indicaciones del operador. En el contexto escolar, esta acción se articula con el equipo directivo y se ajusta a los protocolos institucionales vigentes (Ministerio de Educación de la Nación, 2019).

### **INFORMACIÓN CLAVE A COMUNICAR AL SERVICIO DE EMERGENCIAS**

Para optimizar la respuesta del sistema de emergencias, es fundamental brindar información precisa y completa. Entre los datos esenciales que deben comunicarse se incluyen:

- Ubicación exacta del hecho.
- Descripción de lo ocurrido.
- Estado de la víctima (conciencia, respiración, lesiones visibles).
- Edad aproximada de la persona afectada.
- Nombre y contacto de quien realiza la llamada.

Una comunicación clara y organizada permite reducir los tiempos de respuesta y facilita la intervención del equipo de salud, contribuyendo a mejorar el pronóstico de la víctima (AHA, 2020).

## **PREGUNTAS FRECUENTES DEL OPERADOR 107-**

### **Identificación y ubicación**

- ¿Dónde ocurrió la emergencia? (dirección completa de la escuela).
- ¿Nombre de la institución educativa?
- ¿Punto de acceso más cercano o referencia para ingresar?
- ¿Desde qué número se está llamando?

### **Motivo de la llamada**

- ¿Qué sucedió?
- ¿Se trata de un accidente, desmayo, convulsión, caída o paro cardiorrespiratorio?
- ¿Cuándo ocurrió el hecho?

### **Estado de la víctima**

- ¿La persona está consciente o inconsciente?
- ¿Respira normalmente, con dificultad o no respira?
- ¿Presenta convulsiones, sangrado abundante o dolor intenso?

### **Datos de la persona afectada**

- ¿Edad aproximada de la víctima?
- ¿Es un niño, niña, adolescente o adulto?
- ¿Hay una sola persona afectada o más de una?

### **Atención que se está brindando**

- ¿Alguien está asistiendo a la víctima?
- ¿Se están realizando maniobras de primeros auxilios o RCP?
- ¿La persona está recostada, sentada o inmovilizada?

### Seguimiento de indicaciones

- Escuchar atentamente al operador.
- Seguir paso a paso las instrucciones brindadas.
- No cortar la llamada hasta que el operador lo indique.

### Articulación institucional

- Informar de inmediato al equipo directivo.
- Activar los protocolos institucionales vigentes.
- Organizar el entorno escolar mientras llega la asistencia médica.

### • PASO 6: COLOCAR A LA PERSONA BOCA ARRIBA

Si la persona **no respira** o presenta una **respiración irregular, agónica o con ruidos anormales**, se trata de una **emergencia grave** que requiere una intervención inmediata y organizada.

Ante una emergencia grave, se debe ubicar a la persona en **posición boca arriba**, siguiendo criterios de cuidado y seguridad.

- Realizar el movimiento **con cuidado**, evitando maniobras bruscas.
- Colocarla **sobre una superficie firme y plana**, preferentemente el piso.
- Asegurar que el lugar sea **seguro**, despejado y sin riesgos para la víctima ni para quienes intervienen.

### • PASO 7: INICIAR RCP

En el nivel secundario, los estudiantes aprenden a **reconocer cuándo una persona necesita RCP** y a **activar correctamente la ayuda**, comprendiendo que la intervención

directa depende del nivel de formación y de las indicaciones de los protocolos institucionales.

Los estudiantes **no realizan RCP de manera autónoma**, pero deben saber **qué acciones corresponden y cómo colaborar responsablemente**.

**Si hay un adulto capacitado presente:**

- El adulto inicia las **compresiones torácicas**.
- Ubica el **talón de una mano en el centro del pecho** de la víctima y coloca la otra mano encima.
- Mantiene los **brazos extendidos**, utilizando el peso del cuerpo.
- Realiza **compresiones firmes y rápidas**, a un ritmo aproximado de **100 a 120 por minuto**.
- Permite que el **pecho se eleve completamente** entre cada compresión.
- Sigue en todo momento las **indicaciones del servicio de emergencias (107)**.
- Utiliza el **Desfibrilador Externo Automático (DEA)** si se encuentra disponible en la institución.

La enseñanza de este paso fortalece el rol del estudiante como **agente activo en la cadena de supervivencia**, promoviendo la responsabilidad, la colaboración y el respeto por los límites de la intervención escolar.

## **REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR (RCP):**

### **DEFINICIÓN, FINALIDAD Y RELEVANCIA SOCIAL**

Las causas más frecuentes del paro cardiorrespiratorio incluyen enfermedades cardiovasculares, arritmias, asfixia, traumatismos graves y electrocución. La enseñanza de la RCP en la escuela tiene una relevancia social significativa, ya que contribuye a formar ciudadanos capaces de actuar ante emergencias y promueve una cultura del cuidado y la solidaridad (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2014).

Los simulacros de RCP en el ámbito escolar permiten reforzar los aprendizajes teóricos, disminuir el miedo a actuar y mejorar la eficacia de la respuesta ante situaciones reales (Cruz Roja Argentina, 2018).

### **RCP EN LACTANTES (menores de 1 año)**

#### **TÉCNICA:**

- Colocar al bebé sobre una superficie firme.
- Utilizar **dos dedos** en el centro del pecho (debajo de la línea de los pezones).
- Realizar compresiones suaves pero firmes.
- Profundidad: aproximadamente **4 cm** (1/3 del tórax).
- Ritmo: **100 a 120 compresiones por minuto.**

### **RCP EN NIÑOS (1 año hasta inicio de la pubertad)**

#### **TÉCNICA**

- Usar **una o dos manos** según el tamaño del niño.
- Colocar las manos en el centro del pecho.
- Profundidad: **aprox. 5 cm** (1/3 del tórax).
- Ritmo: **100 a 120 compresiones por minuto.**

### Maniobra de Heimlich en bebés (empujes en el pecho).



### Maniobra de Heimlich en bebés (golpes en la espalda).



### Maniobra de Heimlich en niños.



### Maniobra de Heimlich en adultos.

## **CADENA DE SUPERVIVENCIA: ESLABONES E IMPORTANCIA**

La Cadena de Supervivencia es un concepto fundamental en la atención de emergencias vitales y describe una secuencia de acciones interdependientes que aumentan significativamente las posibilidades de supervivencia ante un paro cardiorrespiratorio. Según la American Heart Association (AHA, 2020), los eslabones de la cadena incluyen: reconocimiento precoz de la emergencia y activación del sistema de emergencias, inicio inmediato de la RCP, desfibrilación temprana mediante el uso del DEA y atención avanzada por parte de los servicios de salud.

En el ámbito escolar, la comprensión de esta cadena permite a los estudiantes reconocer que su intervención temprana puede ser determinante para salvar una vida, fortaleciendo la responsabilidad social y el compromiso ciudadano.



## **DESFIBRILADOR EXTERNO AUTOMÁTICO (DEA)**

El Desfibrilador Externo Automático (DEA) es un dispositivo electrónico diseñado para analizar el ritmo cardíaco y administrar una descarga eléctrica cuando se detectan arritmias letales como la fibrilación ventricular. Su uso temprano, combinado con RCP de calidad, incrementa notablemente las probabilidades de supervivencia (AHA, 2020).

En el contexto escolar, la disponibilidad y el conocimiento básico del DEA refuerzan la preparación institucional ante emergencias vitales y promueven entornos educativos más seguros.

### **Uso del Desfibrilador Externo Automático (DEA): pasos de actuación**

#### **Paso 1: Verificar la situación**

- Confirmar que la persona esté **inconsciente y no respire normalmente**.
- Asegurar que el entorno sea seguro para la víctima y el auxiliador.
- Solicitar ayuda y **activar el sistema de emergencias (107)**.

#### **Paso 2: Encender el DEA**

- Encender el dispositivo presionando el botón de encendido o al abrir la tapa (según el modelo).
- Seguir atentamente las **instrucciones de voz y visuales** del equipo.

#### **Paso 3: Preparar el pecho de la víctima**

- Colocar a la persona boca arriba sobre una superficie firme.
- Descubrir el tórax.
- Secar el pecho si está húmedo.
- Retirar parches, collares o elementos metálicos visibles.
- Si hay vello abundante, rasurar rápidamente el área (si el kit lo permite).

#### **Paso 4: Colocar los parches**

- Retirar el protector de los electrodos.
- Colocar un parche en la **parte superior derecha del pecho**, debajo de la clavícula.
- Colocar el otro parche en el **costado izquierdo del tórax**, debajo de la axila.
- Asegurarse de que estén bien adheridos.

#### **Paso 5: Análisis del ritmo cardíaco**

- El DEA comenzará a analizar automáticamente.
- **No tocar a la víctima** durante el análisis.
- Indicar en voz alta: “¡Nadie toque!”.

### **Paso 6: Administrar la descarga (si el DEA lo indica)**

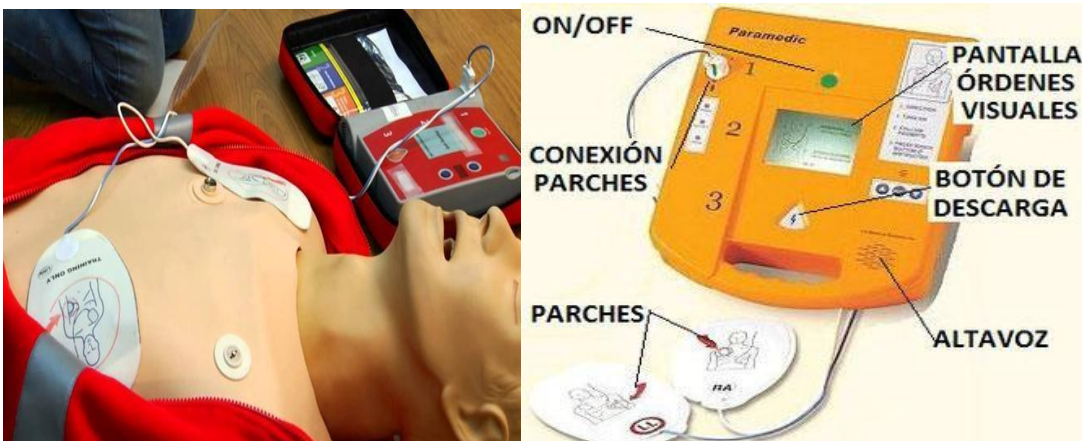
- Si el DEA recomienda descarga:
  - Verificar que nadie esté en contacto con la víctima.
  - Presionar el botón de descarga (si el modelo lo requiere).
- Si el DEA no indica descarga, continuar con RCP.

### **Paso 7: Reanudar RCP**

- Luego de la descarga (o si no fue indicada), reiniciar inmediatamente las **compresiones torácicas**.
- Seguir las instrucciones del DEA, que indicará cuándo volver a analizar.

### **Paso 8: Continuar hasta la llegada de ayuda**

- Alternar RCP y uso del DEA según indique el dispositivo.
- No retirar los parches.
- Continuar hasta que llegue el servicio de emergencias o la persona muestre signos de vida.



## **¿Qué sucede en el cuerpo al realizar RCP?**

Cuando una persona sufre un paro cardiorrespiratorio, el corazón deja de latir o lo hace de manera ineficaz y la respiración se detiene. Como consecuencia, la sangre deja de circular y el oxígeno no llega a órganos vitales como el cerebro y el corazón, produciendo daños irreversibles en pocos minutos.

La Reanimación Cardiopulmonar (RCP) actúa de manera artificial para reemplazar temporalmente las funciones del corazón y los pulmones, manteniendo con vida al organismo hasta que llegue la asistencia médica.

### **Efecto de las compresiones torácicas**

Al realizar compresiones sobre el pecho, se comprime el corazón entre el esternón y la columna vertebral. Este movimiento:

- Empuja la sangre fuera del corazón.
- Permite que la sangre llegue al cerebro y a los órganos vitales.
- Mantiene una circulación mínima pero suficiente para evitar la muerte celular inmediata.

Cuando se libera la presión del pecho, el corazón vuelve a llenarse de sangre, permitiendo que el siguiente empuje vuelva a impulsar la circulación.

### **Oxigenación de la sangre**

Si se realizan ventilaciones, el aire introducido en los pulmones permite que el oxígeno llegue a los alvéolos. Allí:

- El oxígeno pasa a la sangre.
- La sangre oxigenada es transportada gracias a las compresiones.

Cuando no se realizan ventilaciones, las compresiones continuas siguen moviendo el oxígeno residual que queda en la sangre, lo que también resulta beneficioso en los primeros minutos.

### **Protección del cerebro**

El cerebro es el órgano más sensible a la falta de oxígeno. A los 3 a 5 minutos sin circulación, comienzan los daños neurológicos irreversibles. La RCP:

- Mantiene el flujo sanguíneo cerebral.
- Retrasa el daño cerebral.
- Aumenta las probabilidades de recuperación sin secuelas graves.

### **Preparación para la desfibrilación**

En muchos paros cardíacos, el problema no es que el corazón esté “parado”, sino que late de forma caótica (fibrilación ventricular). La RCP:

- Mantiene el corazón irrigado.
- Hace que el DEA sea más efectivo al restablecer un ritmo normal

Comprender qué sucede en el cuerpo al realizar RCP requiere analizar previamente las bases biológicas del sistema respiratorio y circulatorio, ya que ante una emergencia vital estos sistemas se ven comprometidos y la RCP actúa como un soporte transitorio hasta la llegada de la asistencia médica.

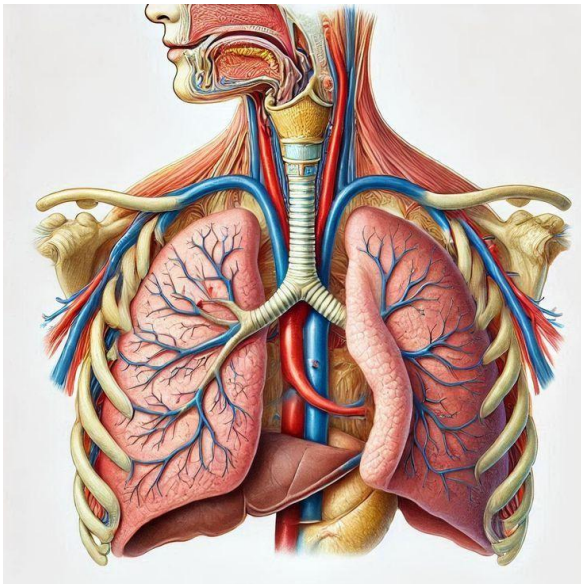
## **ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA BÁSICA DEL SISTEMA RESPIRATORIO Y CIRCULATORIO**

El sistema respiratorio permite el intercambio de gases, incorporando oxígeno al organismo y eliminando dióxido de carbono. El sistema circulatorio, por su parte,

transporta oxígeno y nutrientes a los tejidos mediante la acción del corazón y los vasos sanguíneos.

La interrupción de estas funciones, como ocurre en el paro cardiorrespiratorio, genera daños irreversibles en pocos minutos, lo que justifica la importancia de una intervención inmediata mediante RCP (Tortora & Derrickson, 2017).

### **Sistema respiratorio**

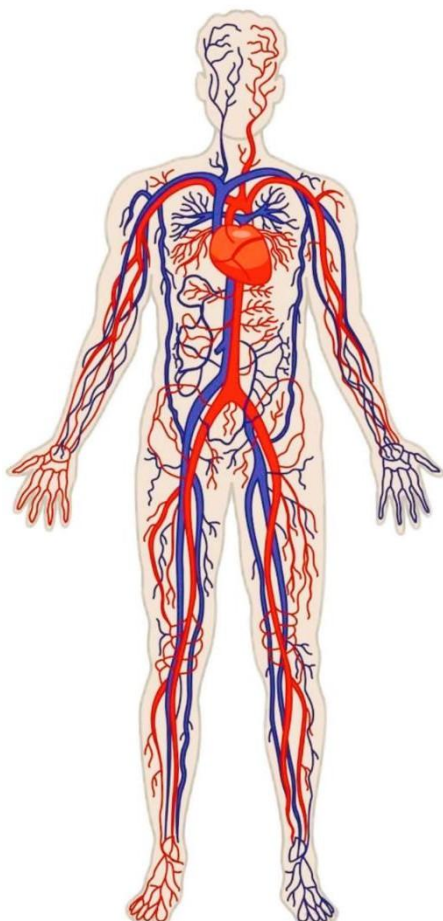


El **sistema respiratorio** tiene como función principal el **intercambio de gases** entre el organismo y el medio ambiente. A través de la respiración, el oxígeno ingresa al cuerpo y el dióxido de carbono, producto de la actividad celular, es eliminado.

Desde el punto de vista anatómico, el sistema respiratorio está compuesto por las **vías aéreas** y los **pulmones**. Las vías aéreas incluyen la **nariz**, la **faringe**, la **laringe**, la **tráquea** y los **bronquios**, estructuras encargadas de conducir el aire hacia los pulmones y proteger la vía respiratoria. En el interior de los pulmones se encuentran los **bronquiolos** y los **alvéolos**, pequeñas estructuras en forma de sacos donde se produce el intercambio gaseoso. En los alvéolos, el oxígeno pasa a la sangre y el dióxido de carbono se elimina al exterior mediante la exhalación.

Desde el punto de vista fisiológico, la respiración se divide en dos procesos: la **inspiración**, en la cual el aire ingresa a los pulmones gracias a la acción del diafragma y los músculos intercostales, y la **expiración**, en la que el aire es expulsado. Una respiración normal y eficaz garantiza un adecuado suministro de oxígeno a la sangre.

## Sistema circulatorio



El **sistema circulatorio** tiene como función principal el **transporte de oxígeno, nutrientes, hormonas y otras sustancias esenciales** a todas las células del cuerpo, así como la eliminación de productos de desecho. Este sistema está formado por el **corazón**, la **sangre** y los **vasos sanguíneos**.

El **corazón** es un órgano muscular que actúa como una bomba, impulsando la sangre a través del organismo. Funciona de manera rítmica y continua, asegurando la circulación de la sangre. Los **vasos sanguíneos** se dividen en **arterias**, que transportan la sangre rica en oxígeno desde el corazón hacia los tejidos; **venas**, que devuelven la sangre con dióxido de carbono al corazón; y **capilares**, donde se produce el intercambio de gases y nutrientes a nivel celular.

La **sangre**, por su parte, contiene glóbulos rojos, encargados de transportar el oxígeno gracias a la hemoglobina, y otras células que cumplen funciones de defensa y coagulación.

### Relación entre ambos sistemas

El sistema respiratorio y el sistema circulatorio trabajan de manera **interdependiente**. El oxígeno que ingresa a los pulmones pasa a la sangre en los alvéolos y es transportado por el sistema circulatorio hasta todas las células del cuerpo. A su vez, el dióxido de carbono producido por las células es llevado por la sangre de regreso a los pulmones para ser eliminado. Esta interacción es fundamental para la **producción de energía** y el funcionamiento de los órganos vitales, especialmente el cerebro y el corazón.

## **Importancia en situaciones de emergencia**

Cuando se interrumpe el funcionamiento del sistema respiratorio o circulatorio, como ocurre en el **paro cardiorrespiratorio**, el cuerpo deja de recibir oxígeno. El cerebro comienza a sufrir daños irreversibles a los pocos minutos, lo que puede provocar la muerte. Por este motivo, la **intervención inmediata mediante RCP** resulta esencial, ya que permite reemplazar de manera artificial las funciones básicas del corazón y los pulmones hasta la llegada del servicio de emergencias (Tortora & Derrickson, 2017).

## **OBSTRUCCIÓN DE LA VÍA AÉREA: CAUSAS Y CONSECUENCIAS**

La respiración y la alimentación son funciones vitales para el ser humano y requieren del correcto funcionamiento y coordinación de distintos sistemas del cuerpo. En particular, el **sistema respiratorio y el sistema digestivo** comparten estructuras anatómicas, como la boca y la faringe, lo que hace necesaria una organización precisa para que el aire y los alimentos sigan el recorrido adecuado. Cuando esta coordinación se altera, puede producirse una **obstrucción de la vía aérea**, una situación de emergencia que compromete la entrada de aire a los pulmones y pone en riesgo la vida. Comprender cómo se relacionan ambos sistemas resulta fundamental para prevenir accidentes y actuar de manera adecuada ante una situación de atragantamiento.

### **Relación entre el sistema respiratorio y el sistema digestivo**

El **sistema digestivo** comienza en la **boca**, donde los alimentos son:

- Masticados
- Mezclados con saliva
- Preparados para ser deglutidos

La **faringe** es un punto clave porque es un **espacio común**:

- Por allí pasa el **aire** (hacia la tráquea → pulmones)
- Y también los **alimentos** (hacia el esófago → estómago)

Para evitar que el alimento entre en la vía aérea, el cuerpo cuenta con un mecanismo de protección.

### ¿Qué sucede al tragar? (deglución)

Durante la **deglución**:

- El alimento forma el **bolo alimenticio**
- La **epiglotis** se cierra como una “tapita”
- El bolo pasa al **esófago**
- El aire continúa por la **tráquea**

Si este mecanismo falla, el alimento puede ingresar a la vía respiratoria.

### ¿Cómo se produce la obstrucción de la vía aérea?

La obstrucción de la vía aérea se produce cuando un objeto, alimento o líquido impide el paso del aire hacia los pulmones. Puede ser parcial o total y provoca dificultad respiratoria, pérdida de conciencia y, si no se actúa a tiempo, paro cardiorrespiratorio.

Ejemplo:

La OVA se produce cuando:

- Se come rápido
- No se mastica bien
- Se habla o ríe mientras se come
- Se introducen objetos pequeños en la boca (frecuente en niños)

En estos casos, el alimento u objeto **ingresa a la tráquea en lugar del esófago**, bloqueando el paso del aire



**Cuando es parcial**, la persona aún puede respirar con dificultad, toser, emitir sonidos o gesticular, lo que indica que todavía existe paso de aire. En estos casos, la tos es el mecanismo natural más eficaz

para expulsar el objeto, por lo que se debe estimular a la persona a **continuar tosiendo** y vigilar su evolución.

En cambio, **cuando la obstrucción es total**, el aire no puede ingresar a los pulmones. La persona no puede hablar ni toser, presenta signos evidentes de asfixia, como llevarse las manos al cuello, agitación, cambios en el color de la piel (cianosis) y dificultad extrema para respirar. Si la obstrucción persiste, se produce una **rápida disminución del oxígeno en la sangre**, lo que puede provocar **pérdida de la conciencia** en pocos minutos.



Si no se interviene de manera oportuna, la falta de oxígeno afecta principalmente al **cerebro y al corazón**, pudiendo desencadenar un **paro cardiorrespiratorio** y consecuencias irreversibles. Por este motivo, la identificación temprana de la obstrucción de la vía aérea y la actuación adecuada resultan fundamentales para preservar la vida.

En el ámbito escolar, el conocimiento de esta problemática permite a docentes y estudiantes **reconocer señales de alarma**, actuar con rapidez dentro de los límites del primer respondiente y activar el sistema de emergencias cuando la situación lo requiera.

Asimismo, la enseñanza de estas nociones promueve el **cuidado del propio cuerpo, la responsabilidad social y la prevención de accidentes**, especialmente durante actividades cotidianas como la alimentación o el juego.

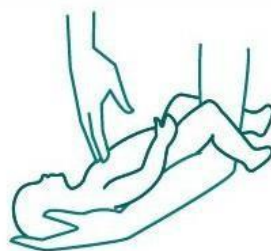
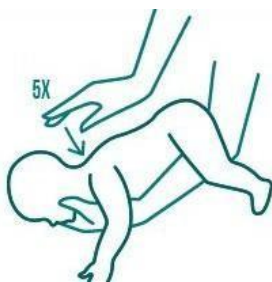
En la adolescencia, las causas más frecuentes incluyen atragantamientos con alimentos, juegos imprudentes o accidentes. La intervención temprana mediante maniobras de desobstrucción es esencial para evitar consecuencias graves (Cruz Roja Argentina, 2018).

### **Técnica de Heimlich en adultos y niños mayores de 1 año**

1. **Colocarse detrás de la persona**
2. **Rodear la cintura con los brazos**
3. **Cerrar una mano en puño y colocarla entre el ombligo y el esternón**
4. **Tomar el puño con la otra mano**
5. Realizar **empujes rápidos hacia adentro y arriba**
6. Repetir hasta que:
  - El objeto salga
  - La persona respire
  - O pierda el conocimiento

### **Técnica en lactantes (menores de 1 año)**

Si el bebe balbucea, llora, habla o tose, significa que le pasa aire por la garganta. Probablemente tiene una obstrucción parcial. Dejá que el bebe tosa naturalmente, Si no Expulsa el objeto, hacer la maniobra de Heimlich



**NO se hace  
Heimlich clásico**

- Coloca al bebe boca abajo y realiza una palmada de abajo hacia arriba en la espalda.

**Se realizan:**

- **5 golpes interescapulares** (en la espalda)
  - **5 compresiones torácicas** (en el pecho)
- Alternando hasta que se libere la vía aérea.

**Si la persona es un adulto y está sola**



- Puede realizarse la maniobra sobre uno mismo:
  - Colocando el puño en el abdomen
  - Empujando hacia adentro y arriba
  - O apoyándose contra una silla o borde firme

**Si la persona está embarazada o tiene sobrepeso**

- Coloca las manos en la base del esternón, justo por encima de la unión de las costillas inferiores.
- Presiona con fuerza en el pecho, con un empujón rápido.
- Esta es la misma acción que se hace en la maniobra de Heimlich. Repite el procedimiento hasta eliminar la obstrucción de las vías respiratorias.



### Si la persona pierde el conocimiento

- Activar el **sistema de emergencias (107 en Argentina)**
- Iniciar **RCP**
- Revisar la boca solo si el objeto es visible (no hacer barrido a ciegas)



### **UNIDAD 3: “EMERGENCIAS FRECUENTES EN EL ÁMBITO ESCOLAR”**

En el contexto escolar, se presentan con frecuencia situaciones como desmayos, convulsiones, caídas, intoxicaciones, picaduras y mordeduras. Estas emergencias suelen estar asociadas a factores como el esfuerzo físico, el estrés, condiciones médicas preexistentes o el entorno.

La actuación inicial debe centrarse en proteger a la persona afectada, evaluar su estado general y activar el sistema de emergencias cuando sea necesario, evitando intervenciones que superen el nivel de formación del auxiliador (OMS, 2014).

#### **ACTUACIÓN INICIAL ANTE SHOCK**



El shock es una condición grave caracterizada por una disminución del riego sanguíneo a los órganos vitales. Puede ser consecuencia de hemorragias, traumatismos, reacciones alérgicas o infecciones.

La actuación inicial incluye acostar a la víctima, elevar las piernas si no hay contraindicación, mantenerla

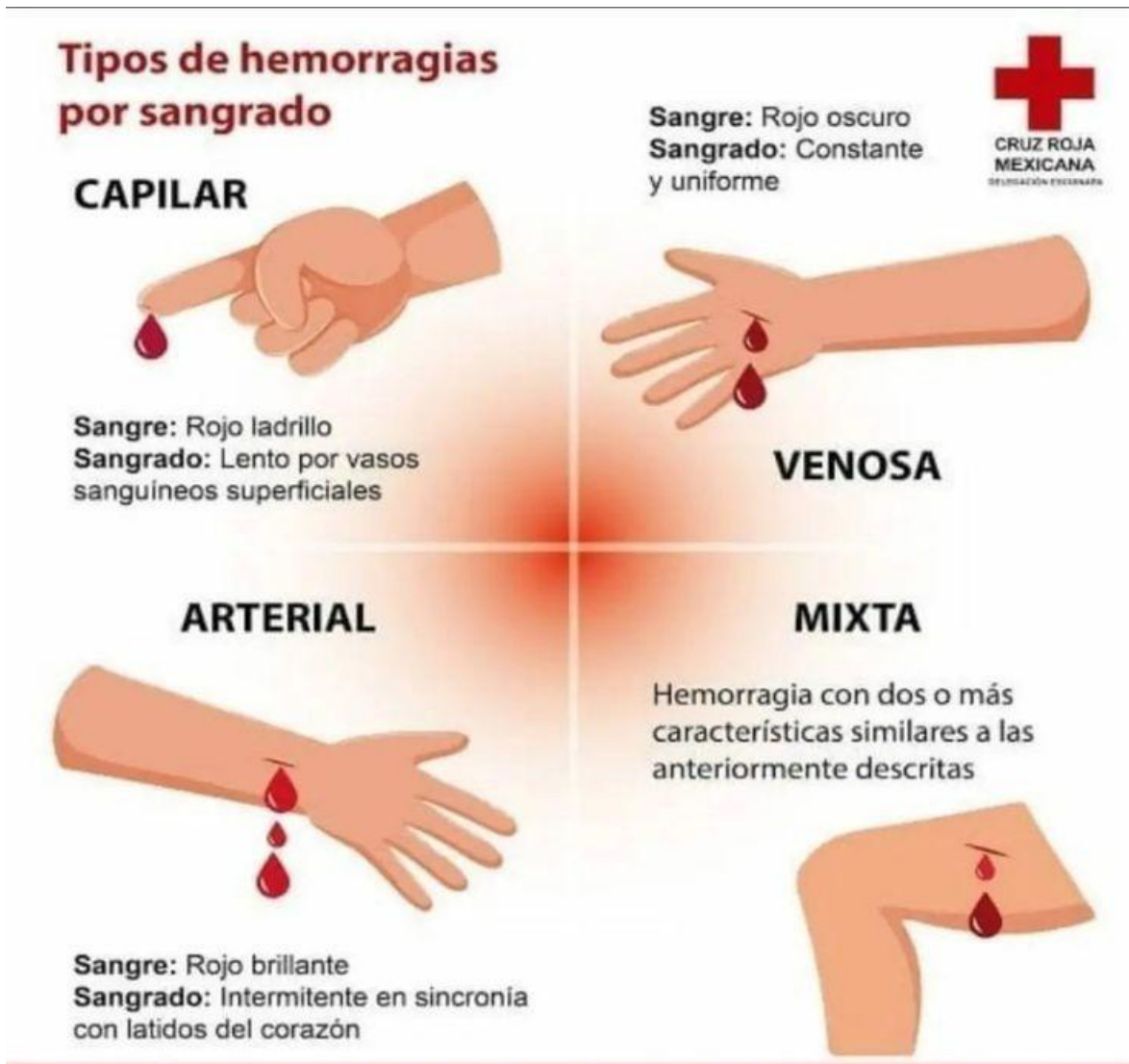
abrigada y solicitar asistencia médica inmediata (Ministerio de Salud de la Nación, 2020).

## HEMORRAGIAS: TIPOS Y RIESGOS

Las hemorragias se clasifican en externas e internas, y según el tipo de vaso afectado (arterial, venosa o capilar). La pérdida excesiva de sangre puede provocar shock y poner en riesgo la vida.

El control inicial de una hemorragia externa se realiza mediante presión directa y elevación del miembro afectado, respetando siempre las normas de bioseguridad (Cruz Roja Argentina, 2018).

**Tipos de hemorragias por sangrado**



**CAPILAR**

Sangre: Rojo oscuro  
Sangrado: Constante y uniforme

**VENOSA**

Sangre: Rojo ladrillo  
Sangrado: Lento por vasos sanguíneos superficiales

**ARTERIAL**

Sangre: Rojo brillante  
Sangrado: Intermitente en sincronía con latidos del corazón

**MIXTA**

Hemorragia con dos o más características similares a las anteriormente descritas

CRUZ ROJA MEXICANA  
SELECCIÓN ESCOLAR

## **HERIDAS Y QUEMADURAS: TIPOS Y CUIDADOS INICIALES**

Las heridas pueden ser cortantes, punzantes, abrasivas o lacerantes, mientras que las quemaduras se clasifican según su profundidad y extensión. Los cuidados iniciales incluyen la limpieza básica de la herida, la protección del área afectada y la derivación médica cuando corresponda.

En el caso de quemaduras, se recomienda enfriar la zona con agua corriente y evitar la aplicación de sustancias caseras (OMS, 2014).



## **TRAUMATISMOS**

Los traumatismos son lesiones producidas por fuerzas externas, como golpes o caídas. Pueden afectar tejidos blandos, huesos o órganos internos.

La actuación inicial se basa en la inmovilización de la zona afectada, la aplicación de frío local y la observación de signos de gravedad (Ministerio de Salud de la Nación, 2020).

## **FRACTURAS, ESGUINCES Y LUXACIONES**



Las fracturas implican la ruptura total o parcial de un hueso; los esguinces afectan los ligamentos de una articulación; y las luxaciones consisten en la pérdida de contacto entre los extremos óseos de una articulación.

Diferenciar estas lesiones permite actuar de manera adecuada, priorizando la inmovilización y evitando maniobras que puedan agravar el daño (Tortora & Derrickson, 2017).

## **CONVULSIONES**

Las convulsiones son episodios en los que se producen **movimientos involuntarios, intensos y desorganizados del cuerpo**, como consecuencia de una actividad eléctrica anormal y transitoria en el cerebro. Durante una convulsión, la persona **no puede controlar sus movimientos** ni es consciente de lo que sucede a su alrededor.

Generalmente, estos episodios duran **pocos minutos** y, al finalizar, la persona puede presentar **cansancio, confusión o desorientación**, necesitando acompañamiento y contención.

### **¿POR QUÉ PUEDEN OCURRIR?**

Las convulsiones pueden presentarse por diversas causas, entre ellas:

- Fiebre elevada.
- Golpes o traumatismos en la cabeza.
- Algunas enfermedades neurológicas o infecciosas.
- Epilepsia.

En el ámbito escolar, pueden ocurrir **de manera inesperada**, por lo que resulta fundamental que los estudiantes conozcan cómo actuar de forma segura y responsable.

## ¿CÓMO RECONOCEMOS UNA CONVULSIÓN?

Durante una convulsión, la persona puede:

- Caer al suelo repentinamente.
- Presentar movimientos bruscos e incontrolados de brazos y piernas.
- Mantener el cuerpo rígido por momentos.
- No responder a estímulos verbales.
- Babear o emitir sonidos involuntarios.

## ¿QUÉ HACER?

- Protege la **cabeza** de la persona para evitar lesiones.
- **No intenta detener los movimientos.**
- Espera a que la convulsión finalice.
- Coloca a la persona en **posición lateral de seguridad** una vez terminado el episodio.
- Solicita asistencia médica y **llama al 107** si la situación lo requiere.



## ¿QUÉ NO SE DEBE HACER?

- No sujetar a la persona
- No meter objetos ni dedos en la boca
- No darle agua ni comida
- No gritar ni sacudirla

## **INTOXICACIONES**

Las intoxicaciones se producen cuando una **sustancia potencialmente peligrosa** ingresa al organismo y genera alteraciones en la salud. Esto puede ocurrir por **ingestión, inhalación, contacto o absorción**, al exponerse a productos que no son alimentos ni medicamentos indicados o utilizados de manera adecuada. En el ámbito escolar y en la vida cotidiana, la prevención y la actuación responsable frente a estas situaciones resultan fundamentales.

### **¿CÓMO SE PUEDEN PRODUCIR?**

Las intoxicaciones pueden originarse por:

- Consumo de **medicamentos sin indicación médica** o en dosis inadecuadas.
- Contacto o ingestión de **productos de limpieza** o sustancias químicas.
- Ingesta de **plantas, hongos o sustancias desconocidas**.
- Exposición a **gases, vapores o humos tóxicos**.
- Consumo de **alimentos en mal estado**.

### **SEÑALES DE ALERTA**

Una persona intoxicada puede presentar:

- Malestar gastrointestinal (náuseas, dolor abdominal, vómitos).
- Mareos o dolor de cabeza.
- Cansancio extremo, confusión o alteraciones del estado de conciencia.
- Dificultad para respirar.

+ **Nunca provocar el vómito**, ya que puede agravar la situación.

## **PICADURAS Y MORDEDURAS**

Las picaduras y mordeduras son lesiones producidas por insectos o animales, generalmente como mecanismo de defensa. En la mayoría de los casos generan **dolor, ardor, enrojecimiento o inflamación**, aunque algunas pueden representar un **riesgo para la salud** y requerir atención médica inmediata.

### **PICADURAS**

Pueden ser provocadas por:

- Mosquitos
- Abejas
- Avispas
- Hormigas
- Arañas

### **MORDEDURAS**

Pueden ser causadas por:

- Perros
- Gatos
- Otros animales

### **SEÑALES DE ALERTA**

Luego de una picadura o mordedura, la persona puede presentar:

- Dolor o sensación de ardor.
- Enrojecimiento de la zona afectada.
- Hinchazón localizada.
- Picazón.

## SEÑALES DE EMERGENCIA

Se debe **avisar de inmediato** a un adulto y solicitar asistencia médica si aparece:

- Dificultad para respirar.
- Hinchazón en el rostro, labios o garganta.
- Dolor intenso o progresivo.
- Mareos, desmayo o alteración del estado de conciencia.

## ¿QUÉ HACER?

- Limpia la zona con **agua**.
- Aplica **frío local** si corresponde.
- Observa la evolución de los síntomas.
- Se comunica con el **servicio de emergencias (107)** si la situación lo requiere.



## SUGERENCIAS DE ACTIVIDADES

### Actividad 1 – “Detectives del riesgo”

**Tipo:** Trabajo grupal

**Consigna:**

Los estudiantes observan imágenes o situaciones simuladas del ámbito escolar (pasillos, patio, laboratorio, educación física) e identifican:

- Situaciones de riesgo
- Posibles consecuencias
- Medidas de prevención

**Producto:** afiche o cuadro comparativo

**Evalúa:** reconocimiento de riesgos, prevención, pensamiento crítico.

### Actividad 2 – Debate guiado

**Pregunta disparadora:**

“¿Pedir ayuda es una muestra de debilidad o de responsabilidad?”

**Objetivo:**

Trabajar actitudes, valores y ciudadanía desde el autocuidado.

### Actividad 3 – Secuencia de actuación

**Tipo:** individual o grupal

**Consigna:**

Ordenar correctamente los pasos ante una emergencia escolar (escena, conciencia, respiración, 107, RCP).

**Variante:** tarjetas para ordenar o línea de tiempo.

### Actividad 4 – Juego de roles (simulación cuidada)

**Tipo:** grupal

**Roles:**

- Víctima
- Estudiante primer respondiente
- Adulto responsable
- Operador del 107

**Objetivo:**

Practicar comunicación clara, calma y respeto por los límites. se realiza solo **reconocimiento y activación del sistema.**

### Actividad 5 – Biología aplicada

**Consigna:**

Explicar con un esquema simple:

- Qué pasa en el cuerpo sin oxígeno
- Cómo la RCP ayuda al cerebro y al corazón

**Producto:** esquema + explicación oral corta.

## Actividad 6 – Análisis de casos

### **Consigna:**

Leer una situación (convulsión, intoxicación, picadura, caída) y responder:

1. ¿Es una emergencia?
2. ¿Qué señales de alerta aparecen?
3. ¿Qué debe hacer el estudiante?
4. ¿Cuándo llamar al 107?

## Actividad 7 – Verdadero / Falso con justificación

Ejemplos:

- “En una convulsión hay que sujetar a la persona.”
- “Ante una intoxicación se debe provocar el vómito.”
- “Si la persona respira, no se realiza RCP.”

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Consejo Federal de Educación. (2018). *La educación para el cuidado del cuerpo y la salud en la escuela primaria*. Buenos Aires: Autor.
- Cruz Roja Argentina. (2018). *Primeros auxilios: Manual básico*. Buenos Aires: Cruz Roja Argentina.
- Fernández Balboa, C., & Ceci, P. (2009). *Contenidos transversales* (cap. “Contenidos transversales”). En *Aunque no la veamos, la cultura siempre está: Patrimonio intangible de la Argentina*. Fundación de Historia Natural Félix de Azara–Ministerio de Educación de la Nación.
- Gellon, Gabriel (2005): *La ciencia en el aula. Lo que nos dice la ciencia sobre cómo enseñarla*. Paidós. Bs As. Argentina.
- Ley 26.835 (2012): *Promoción y Capacitación en las técnicas de RCP en las Escuelas Secundarias Argentinas*.
- Ley 27.159 (2015). *Promoción del aprendizaje de técnicas de RCP en la población*. Boletín Oficial de la República Argentina.
- Ministerio de Educación de la Nación. (2020). *Lineamientos y protocolos de actuación ante emergencias en el ámbito escolar*. Buenos Aires: Autor.
- Ministerio de Educación de la Nación. (s.f.). *Recursos y materiales didácticos para la enseñanza de RCP en las escuelas*. Plataforma "Educar".Boletín Oficial de la República Argentina.
- Ministerio de Educación Tucumán (2007): *Diseño curricular – Bachiller en Educación Física*. Tucumán.
- Ministerio de Salud de la Nación. (2016). *Resolución 1389/2016. Recomendaciones para la enseñanza de Reanimación Cardiopulmonar (RCP) en el ámbito de la comunidad*. Boletín Oficial de la República Argentina.
- Ministerio de Salud de la Nación. (2019). *Recomendaciones para la atención de emergencias y primeros auxilios en instituciones educativas*. Buenos Aires: Autor.
- Najt Silvio. *Primeros Auxilios en el Colegio. Qué hacer hasta que llega la ambulancia*. Editorial Del Nuevo Extremo. Buenos Aires 2009.

- Organización Mundial de la Salud. (2014). *Promoción de la salud en la escuela: Marco para la acción*. Ginebra: OMS.
- Organización Mundial de la Salud. (2018). *Guías básicas de primeros auxilios*. Ginebra: OMS.
- Resolución CFE N° 306/17: El Consejo Federal de Educación - "Marco Referencial para la Enseñanza de la RCP en el Sistema Educativo Obligatorio.
- UNICEF. (2016). *Escuelas seguras y entornos protectores para la infancia*. Buenos Aires: UNICEF Argentina.