

La importancia de la formación en RCP en los centros educativos

Autores: Alonso Alonso, Gema (Diplomada en Enfermería, Enfermera de Urgencias); Oliveros López, Carlos (Maestro. Especialidad en Educación Física, Maestro de Educación Primaria).

Público: Educadores y Sanitarios. **Materia:** Vida y salud. **Idioma:** Español.

Título: La importancia de la formación en RCP en los centros educativos.

Resumen

Por cada minuto que retrasemos la RCP, se disminuyen en un 10% las posibilidades de supervivencia. Es de vital importancia conocer la maniobra de Reanimación Cardio-Pulmonar correctamente. Nos parece esencial que este conocimiento se imparta desde las edades más tempranas y sea parte de la escuela, tanto para los alumnos como para el profesorado. Pese a que la LOMCE incluyó en su Real Decreto, los Primeros Auxilios como contenido obligatorio y evaluable en la etapa de Primaria su aplicación difiere de unas Comunidades Autónomas a otras.

Palabras clave: Reanimación, Escuela, Metodología didáctica, Cursos.

Title: The importance of CPR training in schools.

Abstract

Every minute that CPR is delayed, the chances of survival are reduced by 10%. It's of vital importance to know the Cardio-Pulmonary Resuscitation maneuver correctly as well as the basic First Aid. It seems essential that this knowledge is taught from the earliest ages and is part of the school, for students and for teachers. Although the LOMCE included in Real Decreto, the First Aid is a compulsory and evaluable content in the Primary education but the application differs from some regions to others.

Keywords: CPR, Reanimation, School, Didactic methodology, Trainings.

Recibido 2018-05-13; Aceptado 2018-05-16; Publicado 2018-06-25; Código PD: 096066

PARADA CARDIORRESPIRATORIA

La parada cardiorrespiratoria (PCR) supone el cese de forma brusca e inesperada de la circulación sanguínea y de la respiración espontánea y por tanto, el cese del aporte de oxígeno a los órganos vitales, siendo especialmente afectado el cerebro. Cuando el cerebro deja de recibir oxígeno durante 6-8 minutos se produce la muerte de sus células, produciéndose una situación irreversible.

En esta situación se debe actuar de forma rápida (puesto que el tiempo es esencial) mediante la aplicación de una serie de sencillas maniobras (Reanimación Cardio-Pulmonar) aplicadas por las personas que se encuentran al lado de la víctima que sufre la parada cardiorrespiratoria. Estas maniobras intentarán suplir las funciones respiratoria y circulatoria hasta que los servicios sanitarios se hagan cargo de la situación aplicando las medidas de soporte vital avanzado protocolizadas para intentar revertir la situación de parada cardiorrespiratoria.

La RCP se basa en iniciar de forma precoz lo que se conoce como Cadena de supervivencia.

La Cadena de supervivencia son una serie de acciones que realizadas correctamente y de forma ordenada pueden salvar la vida a la persona que ha sufrido el paro cardiorrespiratorio.

RCP EN EL COLEGIO.

Desde la Sociedad Española de Cardiología tienen como objetivo conseguir incorporar el aprendizaje de la RCP en el currículo de todos los escolares del territorio español.

También otras asociaciones como la AHA (American Heart Association) o el ERC (European Resuscitation Council) han recomendado que la Reanimación Cardiopulmonar se enseñe en la escuela.

El aprendizaje de la RCP por parte de los niños implica su posterior implicación de las familias y los amigos.

Como bien decía Peter Safar, que es el “inventor” de la RCP moderna y actual, vale más que muchos sepan algo de RCP a que unos pocos sean expertos.

Enseñar a los niños es realmente sencillo y económico, principalmente apoyándonos en todo el bien que puede ocasionar este conocimiento.

En otros países la ley ampara estos programas de enseñanza. En Noruega, por ejemplo, se inició la enseñanza de RCP en los colegios en la década de los 60.

Lo que se persigue es incorporarla a la enseñanza obligatoria y esto cuenta con el soporte de la OMS.

EN EDUCACIÓN PRIMARIA.

Aunque también consideramos importante la etapa infantil, puesto que, pese a no disponer de la destreza o fuerza adecuada, también se podrían sentar así las bases de la RCP en la escuela, nos vamos a centrar en la etapa de Primaria, dónde el niño ya a partir de los 6 años es capaz de distinguir una situación crítica y pedir ayuda.

Deberíamos enseñar a los niños de Primaria a reconocer una emergencia y a activar la cadena de supervivencia.

Los niños aprenderían a reconocer que la persona está inconsciente y no respira, posteriormente llamarían al 112 para explicarles lo ocurrido y desde ese momento, con las instrucciones del personal al teléfono, podrían perfectamente iniciar las maniobras de la RCP hasta que llegaran los sanitarios.



Con un reciclaje adecuado, teórico y práctico, año tras año lograríamos asentar muy bien el conocimiento y formar a niños capaces de sacar adelante una parada cardiorespiratoria.

La etapa de Educación Primaria comprende desde los 6 a los 12 años. Es la etapa con mayor capacidad de aprendizaje.

Partimos de la base de que los niños de 6 años atienden de 30-40 minutos por lo que habría que adaptarse a este tiempo realizando actividades divertidas y haciendo repeticiones de los conceptos más importantes para instaurarlos correctamente.

Primeramente se debe formar al profesorado para que, aparte de tener el conocimiento sobre la RCP, motive a los niños y pueda integrar los conocimientos más adelante en las clases diarias.

Se pueden utilizar, aparte de explicaciones y demostraciones prácticas, algún medio audiovisual, a través de las nuevas tecnologías, que llame más su atención, DVD's, algún juego, canciones para recordar el ritmo de las compresiones, fichas didácticas... En definitiva, métodos de enseñanza más atractivos para atraer su atención y simplificar conceptos y acciones.

Posteriormente, para saber si los niños han entendido lo explicado y saber si podrían aplicarlo en la vida real utilizaremos las técnicas de evaluación, que dependerán de la edad del niño.

Por ejemplo, en la primera etapa de Primaria, con 6 años, usaremos la evaluación mediante la observación y más adelante se podrían realizar entrevistas, fichas o pruebas prácticas simples.

Los objetivos, la metodología y las actividades han de adaptarse al grado de desarrollo del niño; las actividades más complejas se dejan para cuando se alcance el grado de madurez adecuado.

Está demostrado que lo ideal sería que el mismo profesorado impartiera estos cursos de RCP, puesto que los niños les conocen, tienen más confianza a la hora de preguntar dudas y es probable que atiendan mejor a sus explicaciones.

El inconveniente de esto, es que primero se debe hacer un curso al profesorado y además se debe proveer al colegio de material adecuado para la formación, por lo que se incrementaría el coste y la duración.

Es responsabilidad de todos fomentar e implicar al sistema educativo como herramienta en la promoción de la salud como medio efectivo para llegar al mayor número de niños y jóvenes. Los jóvenes son más asequibles, más capaces de aprender RCP, más interesados en adquirir este tipo de habilidades y, probablemente estén más convencidos a administrarlas en caso necesario

¿Y QUÉ DICE LA LEY?

En el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria podemos encontrar el a los “Primeros Auxilios” dentro del área de Ciencias de la Naturaleza (Bloque 2: El ser humano y la salud), del área de Educación Física (Explica y reconoce las lesiones y enfermedades deportivas más comunes, así como las acciones preventivas y los primeros auxilios) y del área de Valores sociales y cívicos (Ser capaz de realizar primeros auxilios y tomar medidas preventivas valorando la importancia de prevenir accidentes domésticos).

El docente desarrollará los contenidos sobre Primeros Auxilios de modo participativo, activo e integrador, como un aprendizaje cooperativo.

Pero en la mayoría de los casos esto se queda en el papel. Pocos colegios lo llevan a cabo por todas las trabas anteriormente descritas. El profesorado debería estar formado adecuadamente para ello y principalmente, por el coste que supone.

En los países nórdicos, por ejemplo, es obligatorio conocer los Primeros Auxilios para ser profesor en los colegios.

CONCLUSIÓN

En 2016 se registraron en España 30.000 muertes por parada cardiorrespiratoria.

Estas paradas, en su mayoría, se produjeron en presencia de otras personas, pero solamente 1 de cada 5 inició maniobras de RCP.

Cualquiera podemos ser testigos de una parada cardiorrespiratoria y una actuación precoz aumenta la supervivencia y disminuye el riesgo de padecer secuelas.

Iniciando la enseñanza de RCP en las escuelas aseguramos que puede llegar, a medio plazo, a la mayoría de población.

Los niños tienen una capacidad de aprendizaje muy alta y no cuantifican el peligro igual que lo hacemos los adultos, por lo que tienen menos probabilidad de quedarse en “shock” y actuar más rápidamente.

Desde pequeños se les puede enseñar a llevar a cabo la cadena de supervivencia e incluso pueden instruir a adultos que se encuentren a su alrededor.

Cada contenido debe estar adaptado a la edad a la que se imparta.

La experiencia internacional en este sentido es muy amplia.

Bibliografía

- Revista Técnico-Científica del Deporte Escolar, Educación Física y Psicomotricidad SORTIS, Vol. 2, Nº. 3, págs. 474-495.
- Ismael Martínez, M^a del Carmen Varo, M^a Isabel Salado (2015). Metodología didáctica para la enseñanza de reanimación cardiopulmonar en edad infantil. Medicina General y de Familia Volume 4, Issue 2, Pages 43-46. España.
- Recuperado de: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1889543315000201>
- Miró. Ó. et al. (2005): Programa de reanimación Cardiopulmonar Orientado a Centros de Enseñanza Secundaria (PROCES): análisis de los resultados del estudio piloto. Med. Clin; 124(1): 4-9
- Sociedad Española de Cardiología. RCP en la escuela. España.
- Recuperado de <https://secardiologia.es/cientifico/grupos-de-trabajo/rcp/rcp-en-la-escuela>
- Cave D.M., et al. (2011): Importance and implementation of training in cardiopulmonary resuscitation and automated external defibrillation in schools: A science advisory from the AHA (American Heart Association). Circulation; 123: 691-706.
- Elena G.Bandera. (2017). Salvar vidas con solo 5 años. Gijón (Asturias). La voz de Asturias.
- Recuperado de: <https://www.lavozdeasturias.es/noticia/asturias/2017/01/31/salvar-vidas-solo-5-anos/00031485889551256749795.htm>