

## PRIMERS AUXILIS

### Dades generals

---

- **Descripció:** A l'àmbit de l'activitat física i l'esport és necessari dominar els aspectes relacionats amb la seguretat de la pràctica d'exercici físic. Una correcta higiene esportiva pot ajudar a optimitzar el rendiment esportiu i a evitar lesions esportives. No obstant, no es poden evitar totes les lesions esportives. En cas de patir un accident, tant esportiu com derivat de malalties o d'altres tipus d'accidents, és necessari poder fer una correcta assistència sanitària immediata en atendre com a primer intervinent a una víctima.
- **Crèdits ECTS:** 6 FORMACIÓ OBLIGATÒRIA
- **Idioma principal de les classes:** Català / Castellà
- **S'utilitza oralment la llengua anglesa en l'assignatura:** (15%)
- **S'utilitzen documents en llengua anglesa:** Competència Bàsica (10%)
- **Durada:** Semestral (2<sup>n</sup> semestre)
- **Curs:** 3<sup>r</sup>
- **Professorat:** [Dra. ESTRELLA MARTÍNEZ SEGURA](#)

### Competències

---

#### Competències bàsiques:

CB1- Que els estudiants hagin demostrat posseir i comprendre coneixements en una àrea d'estudi que parteix de la base de l'educació secundària general, i se sol trobar a un nivell que, si bé es recolza en llibres de text avançats, inclou també alguns aspectes que impliquen coneixements procedents de l'avantguarda del seu camp d'estudi.

CB2- Que els estudiants sàpiguen aplicar els seus coneixements al seu treball o vocació d'una forma professional i posseeixin les competències que solen demostrar-se mitjançant l'elaboració i defensa d'arguments i resolució de problemes dins la seva àrea d'estudi.

CB3- Que els estudiants tinguin la capacitat de reunir i interpretar dades rellevants (normalment dins la seva àrea d'estudi) per a emetre judicis que incloguin una reflexió sobre temes rellevants d'índole social, científica o ètica.

CB4- Que els estudiants puguin transmetre informació, idees, problemes i solucions a un públic tant especialitzat com no especialitzat.

CB5- Que els estudiants hagin desenvolupat aquelles habilitats d'aprenentatge necessàries per emprendre estudis posteriors amb un alt grau d'autonomia.

#### Competències transversals:

B2- Resoldre problemes complexos de forma efectiva en el camp de l'activitat física i de l'esport.

B4- Treballar de forma autònoma amb responsabilitat i iniciativa.

B5- Treballar en equip de forma col·laborativa i responsabilitat compartida.

B6- Comunicar informació, idees, problemes i solucions de manera clara i efectiva en públic o àmbit tècnic concrets.

B8- Gestionar projectes tècnics o professionals complexos.

#### Competències nuclears:

C1- Dominar en un nivell intermedi una llengua estrangera, preferentment l'anglès.

C2- Utilitzar de forma avançada les tecnologies de la informació i la comunicació.

C3- Gestionar la informació i el coneixement.

C4- Expressar-se correctament de manera oral i escrita en una de les llengües oficials de la URV

C5- Comprometre's amb l'ètica i la responsabilitat social com a ciutadà i com a professional.

### Competències específiques:

- A2- Promoure i avaluar la formació d'hàbits perdurables i autònoms de pràctica de l'activitat física i de l'esport.
- A4- Identificar, analitzar i aplicar els principis anatòmics, fisiològics, biomecànics, comportamentals i socials, als diferents camps de l'activitat física i l'esport.
- A5- Avaluar la condició física i prescriure exercici físic orientat a la salut.
- A6- Identificar els riscos que es deriven per a la salut, de la pràctica d'activitats físiques inadequades.
- A7- Planificar, desenvolupar i avaluar la realització de programes d'activitats físico-esportives.
- A9- Seleccionar i saber utilitzar el material i equipament esportiu, adequat per a cada tipus d'activitat.

### Resultats d'aprenentatge

1. Conèixer i saber aplicar els protocols bàsics d'actuació en relació amb els primers auxilis.
2. Conèixer i saber aplicar els principis i continguts per al tractament de lesions i malalties.
3. Adquirir un vocabulari específic de la matèria.
4. Saber reflexionar críticament sobre qüestions professionals, filosòfiques, ètiques, socials i culturals que es vegin relacionades amb la professió en la seva intenció de millora de la salut de la persona.
5. Mantenir la confidencialitat de les dades als que accedeixen en funció del seu treball.

### Continguts

1. Conceptes bàsics i Atenció sanitària immediata
2. Higiene
3. Valoració de la víctima
4. Obstrucció de la via aèria
5. Hemorràgies i xoc
6. Traumatismes i ferides
7. Conceptes bàsics de salvament i socorrisme aquàtic
8. Suport vital bàsic
9. Lesions esportives
10. Lesions produïdes per animals
11. La farmaciola
12. Patologies tèrmiques i lesions per electricitat
13. Alteracions de la consciència i de la respiració
14. Intoxicacions i anafilaxi
15. Ús del desfibril·lador semiautomàtic (DEA)
16. Aspectes ètics i legals del socorrisme

### Activitats

Tipus d'activitat	Hores amb professor	Hores sense professor	Total
Sessions magistrals	30	0	30
Seminaris	17	45	62
Resolució d'exercicis	4	35	39
Proves d'avaluació	9	10	19
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>90</b>	<b>150</b>

### Metodologia de treball

Activitats introductòries  
Sessions magistrals  
Resolució de problemes, exercicis en l'aula ordinària  
Classes pràctiques a l'aula  
Treballs  
Atenció personalitzada  
Proves d'avaluació

Les dades que apareixen a la taula de planificació són de caràcter orientatiu, considerant l'heterogeneïtat de l'alumnat.

### Avaluació i qualificació

#### Activitats d'avaluació

Activitat d'avaluació	Competències	Descripció de la activitat	%
AA1	CB2, CB3, CB4 B4, B5, B8 C1, C2, C5 A2, A7, A9	Avaluació pràctica (presentació treball, reflexió article i avaluació classes pràctiques). Imprescindible un 5 o superior per a aprovar	40
AA2	CB1, CB5 B2, B6 C3, C4 A4, A5, A6	Examen teòric. Imprescindible un 5 o superior para aprovar	60

#### Qualificació:

#### AVALUACIÓ CONTINUA (AA1 + AA2)

#### Avaluació contínua

L'AA1 constitueix la nota pràctica, que equival al 40% de la nota d'avaluació contínua.

L'AA2 constitueix la nota teòrica, que equival al 60% de la nota d'avaluació contínua.

És imprescindible assistir a un mínim del 80% de les pràctiques per poder aprovar en avaluació contínua.

És imprescindible aprovar la part teòrica i la pràctica independentment per a poder fer mitjana per la nota final.

### Avaluació final

Consta de l'avaluació de la part pràctica (40%) i d'un examen teòric (60%). A l'avaluació final es recupera únicament la part suspesa a avaluació contínua: o bé la teoria o bé la pràctica, es guarda la nota per l'avaluació final.

### **Criteris específics de la nota «No Presentat»:**

Es considerarà un alumne no presentat aquell que ha realitzat menys del 50% de les activitats d'avaluació continuada o no s'ha presentat a l'avaluació final o a l'avaluació única.

### Bibliografia

- Bahr, R., & Maehlum, S. (2007). Lesiones deportivas: diagnóstico, tratamiento y rehabilitación. Panamericana.
- Calero García M. Dolores, Vives Montero M. Carmen, García Martín M. Belén, Soriano Serrano Manuel, Calero García Manuel, Berral García Ester. Impacto de una campaña escolar de prevención de riesgos. Rev. psicol. trab. organ. [Internet]. 2008 [citado 2020 Jul 12]; 24( 2 ): 169-186. Disponible a: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1576-59622008000200003&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1576-59622008000200003&lng=es).
- Creu Roja Catalunya (1998). Socorrisme. Tècniques de suport a l'antenció sanitària immediata. Sabadell: Pòrtic.
- Consell català de ressuscitació. Recuperat a: <http://www.ccr.cat>
- Consejo español de RCP. Recuperat a: <http://www.cercp.com>
- Díaz-Vicario A, Gairín J. Entornos escolares seguros y saludables. Algunas prácticas en centros educativos de Cataluña. Revista Iberoamericana de Educación. 2014;66:189-206.
- European Resuscitation Council (ERC). Recuperat a: <https://www.erc.edu>
- Gabarri Gambarte, Inés, Sáenz Mendía, Raquel. Claves infantiles para prevenir la siniestralidad en el contexto escolar. Gac Sanit 32 (05) Sep-Oct 2018 [Internet]. [citad 2020 Jul 12.]. Disponible a: <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2016.07.007>
- Latorre Román, Pedro Ángel, Pérez Jiménez, M.Inmaculada. Gestión de la seguridad en las actividades físico-deportivas escolares. EmásF: revista digital de educación física, ISSN 1989-8304, Nº. 18, 2012, págs. 42-57.
- Magnus, B., & Pfeiffer, R. P. (2007). Las lesiones deportivas. Badalona: Paidotribo.
- Miguel del Valle Soto, et al. Lesiones deportivas versus accidentes deportivos. Documento de consenso. Grupo de prevención en el deporte de la Sociedad Española de Medicina del Deporte (SEMED-FEMEDE) Arch Med Deporte 2018;35 (Supl. 1):6-16. Disponible a: [http://archivosdemedicinadeldeporte.com/articulos/upload/Consenso\\_les\\_deportivas.pdf](http://archivosdemedicinadeldeporte.com/articulos/upload/Consenso_les_deportivas.pdf)
- Ortega Pérez, A. (2010). Primeros auxilios. ALTAMAR.
- Serra, M., & Moncho, A. (2011). Principis bàsics de primers auxilis. Eines per la formació de tècnics. Barcelona: Inde.

### Assignatures recomanades

- Anatomia aplicada a l'activitat física i l'esport
- Fisiologia de l'exercici 1
- Fisiologia de l'exercici 2
- Kinesiologia i biomecànica del moviment
- Prescripció d'exercici físic per la salut