



HOJA DE RUTA PARA: ALERTANTE DE DISTRITO

ANTONIO ALVAREZ - ANTONIO ARANZUEQUE - JUAN MIGUEL SESMA

2015



Hoja de ruta para el programa Alertante de Distrito

El concepto de Alertante de Distrito es una de las formas de Docencia básicas que tenemos en servicio y que en sí misma destaca concepciones importantes que incumben a la esencia de nuestro Equipo. Una de las premisas con las que trabajamos en nuestra formación, es que lo que enseñamos llegue al máximo nº de personas posible, para eso nos aliamos con las herramientas que nos lleven al “efecto multiplicador” y la “toma de conciencia”.

Os habéis puesto a pensar,

- ¿Cuál es la mejor manera de significarnos en el municipio?
- ¿Y puede que más allá?
- ¿Cuál es el concepto de “calle” como escuela para Alumnos y Docentes?
- ¿Y por su efecto multiplicador, transcendencia y efectividad?

La exposición del Alertante de Distrito gira en torno a los **dos primeros eslabones** de la cadena. Como sabéis, la parada CardioRespiratoria es “tiempodependiente”, por lo que toda nuestra atención se centra en el periodo de tiempo que va desde la llamada, hasta la llegada del SVB&A. Aquí nos proponemos una excursión a través de la ruta que marcan estos dos límites, en la que tendremos la posibilidad de llegar a la excelencia aplicando nociones que aportan color y perspectiva a la tarea.

La 1ª proposición que queremos haceros es que: considerando la naturaleza y el entorno de la clase, permitáis que el motor que protagonice la impartición sea “La Interacción” (preguntas – respuestas, ejercicios prácticos, dinámicas, ...).

La 2ª parte tiene que ver con los conceptos clave que hemos de transmitir:

Elementos Mínimos a Exponer

Autoprotección – PAS

Cadena de la Vida / Supervivencia **“ESLABÓN”** “TU puedes salvar una vida”

Valoración de la **consciencia** – AVDN

Persona **consciente** - Empatía

Persona **inconsciente** (Pedir ayuda / **112**)

Valoración de la **Respiración**

Apertura vía aérea – Frente – Mentón – Mano abdomen

Respira -> **PLS** (Valorar PLS si Traumáticos) – Demostración

NO Respira - > **RCP** (Reitero **112** & DESA)

NO tomar Pulso

RCP

Posición del reanimador

Desnudar pecho paciente – Evitar abalorios muñecas

Punto de compresiones

No ejercer presión entre compresiones

Profundidad

Minimizar interrupciones

Al menos 100 comp./minuto (entre 100 y 120) – Entre 5cm y 6

cm – Fuerte y Rápido – Centro Pecho

Finalización de RCP (3)

OVACE

Reconocer – Signo universal manos al cuello

Animar a toser

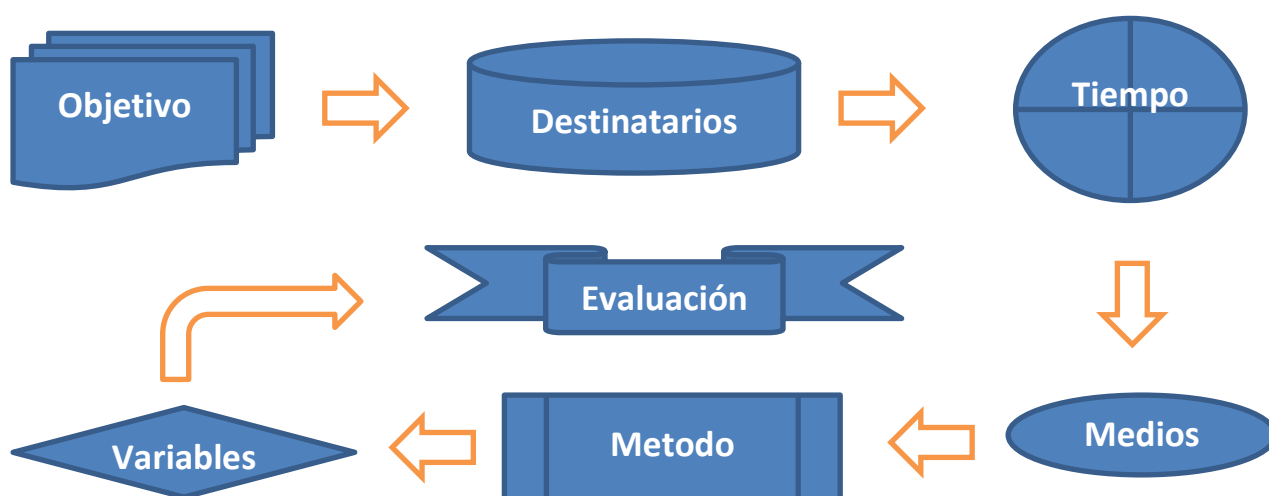
Maniobra de Heimlich: ejecución – posición piernas (Exc. Obes/Emb)

Perdida conocimiento -> RCP

Para empezar con buen pie, sería bueno que trabajásemos con algún tipo de esquema gráfico, fácil y que nos permita el juego con las distintas variables.

Lo ideal sería construir un esquema propio, dejándolo a vuestra creatividad pero dándoos algunas sugerencias como elementos de apoyo, como el siguiente modelo.

Partiendo del mapa básico:



Ahora pasemos a desmenuzar cada uno de los elementos del esquema:

OBJETIVO

El Objetivo principal lo tenemos más que definido, ¿verdad?

- Enseñar los dos primeros eslabones de la CADENA de la VIDA.

DESTINATARIOS

Hemos de tener en cuenta dos factores,

Franjas de edad

Volumen de alumnos

FRANJAS de EDAD



Debemos admitir que esta formación puede ser recibida y usada por cualquier miembro de la sociedad desde edades tempranas de 7 años hasta la edad madura que permita un estado cognitivo adecuado para simplemente efectuar una llamada.

Por todo ello vamos a desgranar las diversas franjas.

Niños:

- 1º, 2º y 3º de Primaria, de 6 a 9 años
 - Programa ALERTA
- 4º, 5º y 6º de Primaria, de 9 a 12 años
 - Programa ALERTA - VALORA
- 1º, 2º, 3º y 4º de ESO, de 12 a 16 años
 - Programa ALERTA – VALORA – ACTUA.

Adultos:

- No modifica los objetivos, pero si es posible que pueda modificar los métodos, el lenguaje verbal y no verbal, al igual que los diferentes colectivos que incluiremos en las variables.

3ª Edad / Madur@s:

- Casi siempre y más con las circunstancias que provocamos con nuestra impartición, las personas asociadas a esa franja de edad, se

colocan en una disposición óptima para el aprendizaje. Por tanto nuestra labor no debe suponer planteamientos alejados del esquema general. Si que es cierto que debemos tener en cuenta ciertos factores en el tratamiento, entre los cuales no hay que menospreciarlos , si bien, muchos de ellos en el ejercicio de RCP no pueden agacharse, pero si en una situación real lo harían sin dudarlo.

Mezcla de general:

- Aunque el que el compañero que intenta realizar las filiaciones intenta separar y agrupar las distintas clases de edades a veces esto no es siempre posible por lo que deberemos tener en cuenta que se nos puede dar la situación de tener que dar formación a un niño de 5 años y a un adulto de 70 simultáneamente. Por ello deberemos tener siempre presente que nuestro objetivo es llegar a TODOS y sin menospreciar a los adultos deberemos rebajar nuestro vocabulario a elemento de la cadena que menores conocimientos tenga con la finalidad de que le llegue con la misma nitidez a todo el grupo de alumnos, aunque ello implique un esfuerzo adicional de reexplicaciones a los adultos.

VOLUMEN de ALUMNOS

Las formaciones habituales rondan entre los 3 y 8 alumnos por formador no obstante se pueden alcanzar ratios de entre 5 y 25 alumnos de forma fácil.

Hemos de tener en cuenta que este ratio condiciona de forma directa la formación y al formador.

A mayor ratio de alumnos, mayor expositiva la formación.

Condicionante de “Y sí’s” y preguntas

Dosificación de medios

Minimización de prácticas e interacción

Condensación de la evaluación


Mayor gasto energético del docente con la consecuente necesidad de rotaciones y descansos.

TIEMPO

Es el distintivo característico del Alertante de Distrito pero también es un arma de doble filo, teniendo en cuenta que puede oscilar en franjas temporales amplias, siendo estas marcadas por variables como las necesidades del evento o la planificación del responsable del dispositivo.

Debemos plantearnos fraccionar el tiempo de la siguiente forma:

- 15 % Introducción
- 30 % Parte expositiva
- 40 % Prácticas
- 15 % Epilogo
- _____ 100 % Total tiempo

<u>INTRODUCCIÓN</u> 15%	<u>PARTE PRINCIPAL</u> 30%	<u>PRACTICAS</u> 40%	<u>EPÍLOGO</u> 15%
Presentación: Propia y del servicio Preguntas: las 6 W Que – Porque - Quien Como – Donde - Cuando ¿Qué es esto, para que sirve, que lugar ocupas en esta cadena, que supone tu ayuda?, Autoprotección.	Cadena de la Vida:  Dos primeros eslabones con feedback directo en la llamada y breve reseña de por qué son importantes las compresiones	PLS RCP OVACE?	Constatación del aprendizaje y de la simplicidad del método, Importancia de la atención temprana, Ayuda profesional rápida y asegurada en Madrid Gratitud por formar parte del sistema.

Se nos plantean 3 niveles de tiempo:

Insuficiente - T < 15'

Suficiente - T = 20'/25'

Excelente – T > 30'

MEDIOS

Resulta obvio reconocer que este apartado está directamente relacionado con la imagen del servicio y en consecuencia con la de la Corporación, por lo que como norma general debería estar bien atendida.

A tener en cuenta:

Docentes (Formadores y Aspirantes a Formadores Expertos)

Dummies de entrenamiento (LittleAnne en sus diversas edades)

Recintos/Entornos adecuados libres de obstáculos, ruidos,

Elementos accesorios, esterillas, puzles, juegos dados,

Publicidad y material auxiliar, cartelería, trípticos,

No obstante hemos de plantearnos posibles situaciones de normalidad y déficit que como miembros de Protección Civil tradicionalmente hemos conseguido solventar con la especial creatividad que nos caracteriza.

Con medios suficientes todo se desarrolla con normalidad pero si son insuficientes se nos plantean las mismas en las diversas categorías:

RRHH -> Ante déficits de Docentes nos obliga a reducir tiempos y ampliar grupos, prestando atención a que lo importante es la calidad y atención al ciudadano.

Dummies -> Si faltan LittleAnne o está inservible nos apañamos con los propios compañeros o alumnos que hagan de víctimas y el masaje se practica sin profundidad o con medios de fortuna (hatillo de ropa, globos de guantes, cojines...)

Recintos -> Con ruido ambiente, haremos grupos pequeños y acercamos las posiciones de los participantes.

Accesorios -> Con ausencia de esterillas podemos improvisar con ropa, lonas, mantas, sábanas....

Marketing -> Es un elemento básico que permite la recreación de reexperimentación de la situación, un dejavu, de la formación transcurrido un tiempo, así como la creación de necesidades por el inherente sentido de buen samaritano que llevamos todos los seres humanos en el interior; su ausencia nos limita esa reexperimentación y provoca que la información sea transmitida como antaño de persona a persona, con los posibles inconvenientes del “teléfono escacharrado”. Así mismo impide ofrecer al ciudadano información de cómo solicitar nuevas formaciones gratuitamente, las cuales son muy habitualmente requeridas.

METODO

A continuación tendríamos que responder a: *¿Cómo lo voy a hacer?*
Se nos plantean 3 posibles soluciones:

*Opción 1.- Un **COMPLETO**:*

Introducción, cadena de la vida con interacción, práctica y resumen.

*Opción 2.- Versión **REDUCIDA** (situaciones de masificación / cansancio)*

Solo cadena de la vida de forma expositiva

*Opción 3.- Solo **PRACTICA** / LUDICO*

Prácticas, teatro, guiñol, manualidades, juegos, puzles, juego de la oca, con una conclusión final

Retomando el elemento TIEMPO debemos tener en cuenta que en caso de:

Opción 1 para la situación de tiempo EXCELENTE o SUFICIENTE.

Opción 2, para situación de tiempo SUFICIENTE o INSUFICIENTE

Opción 3, para situación de tiempos SUFICIENTE

VARIABLES

Nos vamos a encontrar elementos que van a condicionar la puesta en escena y el desarrollo de toda la formación.

La experiencia nos dice que podemos con ellos, pero aun así conviene tenerlos en cuenta.

Según el alumno....

- Discapacidades físicas, psíquicas o sensoriales.
- Exclusión, pobreza
- Colectividades; foráneos, religiosos, raciales, filosóficos, policiales, sanitarios, universitarios, tecnológicos...

Según el lugar de impartición....

No suele ser inconveniente y además no tiene porqué serlo pero hemos de recordar la primera regla de Autoprotección y añadir algunas obvias como las que nos pueden plantear inconvenientes para trabajar en nuestros objetivos, como pueden ser: Salidas de establecimientos comerciales, Servicios Públicos, Pasos Habituales, Exposición a Inclemencias....)

EVALUACIÓN

Finalizada la formación, debemos obtener un Feedback para valorar si lo explicado, practicado ha tenido éxito y ha sido fijado por el alumno, siendo lo mas habitual preguntas de control.

Para finalizar y con todas estas variables unidas a las posibilidades de formación podremos confeccionar nuestro "**esquema operativo**".

Veamos ejemplos:

Partamos de una versión ideal con formación completa.

	Variables	Introducción	Parte Principal	Practicas	Epilogo
Completo	Adultos 5 alumnos T. Excelente	Completo	Completo	Completas	Completo
3ª Edad	Mayores 5 Alumnos T. Sufi.	Autoprotección	Completo	Adaptadas, hincapié en ayuda	Completo
Menores	Menores >5 Alumnos T. Insufi.	Autoprotección	Llamada 112	Autoprotección y llamada 112	Tú también eres SPC
Xpress	Mixto >15 pax T. Insufi	Eliminar "Y sí's"	Expositiva	Practicas Rápidas	Resumen
Mixta	Mixta 5 pax T. Sufi	Procurar enganchar a niños en autoprotección	Dejar claro límites de los niños y practicas	Diferenciar para niños y adultos	Completo Especial atención en TU TAMBIEN eres SPC