Universidad de Guadalajara

Programa de Estudio por Competencias Profesionales Integradas

1. IDENTIFICACIÓN DEL CURSO

CENTRO UNIVERSITARIO

Centro Universitario de Ciencias de la Salud

DEPARTAMENTO

Ciencias del Movimiento Humano, Educación, Deporte, Recreación y Danza

ACADEMIA

Medicina del Deporte

NOMBRE DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Primeros Auxilios en la actividad física y deporte

Clave de la unidad de aprendizaje	Horas de teoría	Horas de práctica	Total de horas	Valor en créditos	Eje curricular
I8755	32	32	64	6	-

Tipo de curso	Modalidad	Nivel en que se ubica	Programa educativo/ Ciclo escolar sugerido	Prerrequisitos
CT = curso - taller	Presencial	Licenciatura	(Lcfyd) Licenciatura en Cultura Física y Deportes /3o	Ninguno

ÁREA DE FORMACIÓN

Básica Particular Obligatoria

PERFIL DOCENTE

Profesional de la salud con experiencia en docencia y atención de primeros auxilios en competencias deportivas, preferentemente Licenciado en Cultura Física o Médico con especialidad en Traumatología y Ortopedia, Urgencias Médicas o Medicina del Deporte.

2. COMPETENCIA (S) DEL PERFIL DE EGRESO

Profesionales
Aplica programas de ejercicio elaborados en coordinación con otros expertos de la salud que intervienen en el proceso de readaptación físico-deportiva, en los diversos ámbitos públicos o privados en donde se ejerce la profesión, para optimizar el tratamiento en la población afectada.
Técnico-Instrumentales
Utiliza la literatura científica disponible del ámbito de las disciplinas asociadas a la cultura física para comunicar por escrito o verbalmente y de manera crítica, con claridad y eficacia sus proyectos de intervención profesional o de investigación.
Socio-Culturales
Realiza sus intervenciones profesionales con ética y apegadas a los derechos humanos, el juego limpio y los marcos normativos aplicables, conforme a los objetivos para el desarrollo sostenible con la finalidad de favorecer la cultura de la paz.
Construye la identidad y comunidad profesional de la cultura física durante su formación y su práctica laboral para identificarse en los diferentes contextos y reivindicar el rol de los egresados en la sociedad actual y futura.

3. PRESENTACIÓN

La actividad física y la práctica deportiva presentan en muchos casos situaciones de riesgo y eventos traumáticos que pueden llegar a comprometer la integridad física y poner en riesgo la vida del individuo por lo que es importante contar con la atención de primeros auxilios.

Esta unidad de aprendizaje se centra en la formación teórico-práctica de los estudiantes de la licenciatura en cultura física y deportes para que sean competentes en realización de las maniobras de primeros auxilios.

Esta unidad de aprendizaje utiliza como herramienta de formación la gestión de la información científica, actualizada y pertinente que contribuya al enriquecimiento de los conocimientos teóricos necesarios para intervenir en situaciones de urgencia y/o emergencia en los entornos donde se desarrollan las actividades físicas o deportivas.

Esta unidad de aprendizaje dota de las habilidades prácticas mínimas necesarias para otorgar los primeros auxilios, además se relaciona de manera directa con la materia de lesiones en la actividad física y deporte y de manera transversal con las materias que desarrollan la práctica física o deportiva.

4. UNIDAD DE COMPETENCIA

Ejecuta las maniobras de primeros auxilios necesarias para la atención inicial de lesiones provenientes de los entornos físico-deportivos.

Analiza los entornos de la práctica deportiva con la finalidad de prevenir las lesiones deportivas relacionadas con los peligros potenciales que pueden surgir del terreno de juego, la indumentaria inapropiada, las condiciones climáticas o cualquier otro factor que ponga en riesgo la integridad de los participantes de las actividades físicas o deportivas.

5. SABERES

Saberes Prácticos	Saberes Teóricos	Saberes Formativos

1.- Actúa de manera rápida y eficaz ante una lesión ocasionada en la práctica de la actividad física y/o deportiva. 2.- Aplica las acciones necesarias para disminuir el riesgo de sufrir alguna lesión durante la práctica de la actividad física y/o deportiva. 3.- Demuestra dominio de las técnicas, herramientas y equipo necesario para la atención y manejo de urgencias derivadas de la práctica físico-deportiva.	1.- Evalúa los entornos de la práctica físico-deportiva con la intención de determinar potenciales riesgos y atenderlos oportunamente. 2.- Comprende los fundamentos anatómicos y fisiológicos que le permiten resolver satisfactoriamente los accidentes derivados de la práctica física o deportiva. 3.- Conoce las técnicas y procedimientos más actuales de la atención del manejo de urgencias en el habito deportivo.	1.- Demuestra una actitud de preocupación y respeto a la integridad humana, fomentando el juego limpio y la cultura de la paz en los entornos deportivos. 2.- Actúa éticamente en sus intervenciones con las personas que se han lesionado, procurando su bienestar por encima de los intereses competitivos derivados de las justas deportivas, anteponiendo siempre la salud y bienestar del deportista.

6. CONTENIDO TEÓRICO-PRÁCTICO

Temas	Detalles del tema
1 Lesiones traumáticas y urgencias médicas en el deporte	**1.- Definiciones: Lesión, traumatismo, urgencia médica, emergencia médica.** Detallar cuales son las definiciones de cada uno de estos términos por diferentes autores, describir ¿cuales son sus similitudes y diferencias?,¿Cómo se relacionan con la práctica deportiva?, reflexionar y escribir sobre la importancia de estos términos en el ámbito deportivo.
2 Prevención y planeación ante situaciones de riesgo	**2.- Prevención en la actividad física y el deporte.** Indagar las causas multifactoriales de las lesiones deportivas o accidentes en la práctica física, como el medio ambiente, el agente, el huésped y el ambiente social. **3.- Niveles de prevención.** Describir la prevención primaria, secundaria y terciaria, la prevención activa y pasiva.
3 Valoración y tratamiento inicial en zona del accidente	**4.- Cinemática del traumatismo.** Diferenciar la cinética y la cinemática del traumatismo. **5.- Valoración de la escena y del paciente.** Criterios para valorar la escena y acercamiento al paciente en momentos del accidente. Triage como sistema de clasificación,

	características, propósitos, forma de utilizarlo.
4 Revisión primaria del paciente	**6.- A,B,C,D,E.** Revisión del acrónimo ABCDE letra por letra, la intervención y manejo de cada letra. **7.-Signos vitales.** Revisión de la frecuencia cardiaca, frecuencia respiratoria, tensión arterial y temperatura, características, forma de medición, parámetros normales.
5 Manejo de la vía aérea y la ventilación	**8.- Sistema respiratorio.** Anatomía del sistema respiratorio dividido en superior e inferior, fisiología de la respiración, proceso de oxigenación y diferencia de la ventilación. **9.- Fisiopatología de la respiración.** Definición de hipoxemia, hipoxia e hipoventilación. Preguntas de guía: ¿Qué es una vía aérea permeable?, ¿Cuáles son los signos y síntomas de compromiso de la vía aérea?, ¿Cuál es el manejo de la vía aérea, uso de oxígeno suplementario, técnicas básicas, dispositivos básicos, vía aérea definitiva? ¿Qué es una vía aérea difícil? Escala de LEMON.
6 Práctica del manejo de la vía aérea	**10.- Técnicas manuales básicas para una vía aérea permeable.** Frente-mentón y tracción mandibular. **11.- Uso y colocación de dispositivos no invasivos para una adecuada oxigenación.** Revisar el manejo y uso de la mascarilla facial con reservorio, puntillas nasales, mascarilla con válvula. **12.- Uso de dispositivos invasivos para el manejo de la vía aérea.** Cánula orofaringea y cánula nasofaringea.
7 Estado de choque	**13.- Definiciones.** Definir y diferenciar el estado de choque, la isquemia, la hipoperfusión, hipoxia e hipoxemia. **14.- Sistema circulatorio.** Anatomía del sistema circulatorio dividido en circulación mayor y menor, fisiología de la circulación y principio de fick. **15.- Estado de Choque.** Clasificación del estado de choque, hipovolémico, cardiogenico, distributivo, anafiláctico, séptico, neurogénico. **16.- Choque hipovolémico no hemorrágico.** Definición, causas, signos y síntomas, manejo inicial, relación con el estado de deshidratación, grados de deshidratación, rehidratación adecuada, golpe de calor. **17.- Choque hipovolémico hemorrágico.** Definición, causas, tipos de hemorragias, diferencias entre hemorragia interna, externa y exteriorizada, signos y síntomas y manejo inicial. **18.- Control de hemorragias.** Aplicación de presión, indicaciones y métodos, torniquetes (definición, uso adecuado, indicaciones y contraindicaciones, técnicas de aplicación), agentes hemostáticos (QuickClot, Dry Fibrin Sealant, Combat Gauze, Celox.

8 Práctica del manejo de hemorragias	**19.- Técnicas para el control de hemorragias.** Se debera realizar el curso STOP THE BLEED disponible en el link: https://www.stopthebleed.org/ , los alumnos deberan mostrar habilidades para identificar una hemorragia, tipo de hemorragia y desarrollar el control de la misma con maniobras básicas, así como lograr aplicar correctamente vendajes compresivos, empaquetamiento y torniquete.
9 Reanimación cardiopulmonar (RCP)	**20.- Fundamentos teóricos de RCP.** Definición de RCP, Preguntas guía: ¿Qué es un RCP de alta Calidad?, ¿Cómo activar el sistema de respuesta a emergencias?, ¿Qué características tiene una compresión efectiva?, ¿Cómo realizar ventilaciones efectivas?, ¿Qué porcentaje de oxígeno aporta una ventilación, y realmente son útiles? **21.- Algoritmos para el manejo del paro respiratorio y cardiorespiratorio.** Definición de algoritmo, algoritmo para el paro respiratorio, algoritmo para el paro cardiorespiratorio, maniobras para la eliminación de la obstrucción de la vía aérea por cuerpo extraño, maniobra de heimlich.
10 Práctica de RCP	**22.- Aplicación efectiva del RCP.** Práctica de RCP en maniquí, práctica de maniobra de Heimlich en pares.
11 Lesiones Traumáticas en los diferentes segmentos del cuerpo	**23.- Trauma Craneoencefalico** (Doctrina Monro-Kellie, diferencias entre conmoción y contusión, escala de Glasgow) **24.- Trauma de tórax** (Diferencias entre lesiones penetrantes y contusas, fracturas costales y tórax inestable, contusión pulmonar, conmoción cardiaca) **25.- Trauma Abdominal y pélvico** (Diferencias entre penetrantes y contusas, tiempos de fracturas pélvicas) **26.- Trauma músculo esquelético** (Definición de las lesiones según el tipo de tejido, tendón, ligamento, hueso, músculo, cartílago, etc, síndrome compartimental, lesión medular, lesión de columna vertebral) Se deberá de abordar la anatomía y fisiología general de los segmentos del cuerpo a revisar, teniendo en cuenta los tejidos y órganos más importantes que se encuentren en cada sitio, así como la clasificación de las lesiones, los signos y síntomas, y el manejo inicial que a cada uno corresponda.
12 Práctica de inmovilización y traslado	**27.- Inmovilización.** Definición y principios de la inmovilización, tipos de inmovilización, diferentes dispositivos para inmovilización en los diferentes segmentos, aplicación de férulas improvisadas. **28.- Traslado.** Definición de movilización en bloque, conformación del equipo de traslado, correcto uso de la tabla rígida,

13 Primeros auxilios en actividades al aire libre	**29.- Primeros auxilios en las lesiones térmicas y congelación.** Anatomía y funciones de la piel, definición de las lesiones térmicas y congelación, entornos donde se presentan, clasificación, signos, síntomas y manejo inicial. **30.- Primeros auxilios en las picaduras y mordeduras.** Picaduras y mordeduras por himenópteros (abeja, avispa y hormiga fórmica), mordeduras de arañas venenosas (viuda negra y violinista), mordeduras de serpientes venenosas (cascabel, nauyaca, coral), clasificación, entornos donde se presentan, signos, síntomas y manejo inicial. **31.- Primeros auxilios en las intoxicaciones y la anafilaxia.** Definiciones, causas, tipos de intoxicación más común, clasificación de los tóxicos, signos, síntomas y manejo inicial.

7. ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE POR CPI

-Estrategia para los temas 4, 6, 8, 10 y 12

"Taller" según la categorización basada en la taxonomía de Anderson y Krathwohl, favoreciendo la práctica y con apoyo de un facilitador o tallerista en este caso el profesor, buscando que el alumno logre evidenciar la competencia de *aplicar* las habilidades necesarias para intervenir en los casos descritos en cada contenido.

-Estrategias para los temas 1, 2, 3, 5, 7, y 9

"Exposición oral", "Ejemplificación", "Cartel" o "Feyman", se pretende que cualquiera de estas estrategias logre en el estudiante la evidenciar la competencia de *explicar* el tema requerido.

-Estrategia par los temas 11 y 13

"Resumen", "Mapa mental" y "SQA", con la intención de que el alumno evidencie la competencia de *recordar* los conocimientos necesarios para el manejo de situaciones presentadas en los contenidos de dichos temas.

8. EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE POR CPI

Evidencias de aprendizaje	Criterios de desempeño	Contexto de aplicación	Calificación
-Aplicación correcta de maniobras de primeros auxilios en	-Acude a todas las sesiones prácticas, actúa de manera cooperativa y en conjunto con sus compañeros para solventar las	- Salon de clases o área de usos múltiples.	35%

condiciones de simulación.	actividades dispuestas por el profesor. -Utiliza las destrezas necesarias para intervenir de manera efectiva en las atenciones requeridas en cada una de las prácticas, entre compañeros o con maniquíes. -Muestra dominio de las técnicas aprendidas en clase para dar solución a las simulaciones que se le presentan durante la práctica. -Se deberá presentar un registro que dé continuidad a los criterios de desempeño anteriormente mencionados como evidencia de aprendizaje de este rubro.		
-Exposición Teórica a través de estrategias de “explicación” de los temas.	-Presenta los productos asignados por el profesor acorde a la rubrica asignada para cada uno, se sugiere obtener productos de las estrategias propuestas, como la exposición oral, la ejemplificación, el cartel o Feyman. -Demuestra un dominio teórico sobre la importancia de la prevención de las lesiones en los entornos físico-deportivos y esto le permite evaluar los posibles riesgos presentes en los entornos. -Explica los fundamentos fisiológicos y anatómicos necesarios para la intervención en la atención de primer respondiente.	- Salon de clases	35%
-Formación documental.	-Demuestra su habilidad para la búsqueda, lectura, síntesis y redacción documental a través de la entrega de resúmenes, mapas, cuadros o ensayos.	-Plataforma de Classroom	30%

	-Utiliza recursos digitales para complementar su formación teórica en páginas de internet que ofrecen cursos o formación sobre primeros auxilios. -Para acreditar este rubro deberá entregar en tiempo y forma los certificados digitales obtenidos por las plataformas a las que se suscribió para complementar su formación, o en su caso, si el profesor asigna una o algunas tareas documentales, se deberán de adjuntar las evidencias en concordancia con la rúbrica del profesor a cargo.		

9. ACREDITACIÓN

Los resultados de las evaluaciones se expresarán en una escala de 0 a 100, utilizando números enteros, y la calificación mínima aprobatoria será de 60.

Para que el alumno tenga derecho al registro del resultado de la evaluación en el periodo ordinario, deberá estar inscrito en el plan de estudios y curso correspondiente, y tener un mínimo de asistencia del 80% a clases y actividades.

El máximo de faltas de asistencia que se pueden justificar a un alumno (por enfermedad; por el cumplimiento de una comisión conferida por autoridad universitaria o por causa de fuerza mayor justificada) no excederá del 20% del total de horas establecidas en el programa.

Para que el alumno tenga derecho al registro de la calificación en el periodo extraordinario, debe estar inscrito en el plan de estudios y curso correspondiente; haber pagado el arancel y presentar el comprobante correspondiente y tener un mínimo de asistencia del 65% a clases y actividades.

10. REFERENCIAS Y RECURSOS DE ACCESO ABIERTO

REFERENCIAS BÁSICAS

1. American Collage of Surgerons (2018). Advance Trauma Life Support ATLS Manual (10° edición)
2. American Heart Association. (2020) Advance Cardio Life Support ACLS. Provider Manual.
3. Dalton, A. (2012) EMPACT Urgencias Médicas: evaluación, atención, y transporte de pacientes. Manual moderno Clasificación LC RCP 1005

REFERENCIAS COMPLEMENTARIAS

1. American Heart Association. (2020) Basic Life Support BLS Provider Manual
2. National Association of Emergency Medical Technicians. (2023) PHTLS 10° edición Soporte Vital en Trauma Prehospitalario. Provider Manual.

RECURSOS DE ACCESO ABIERTO

1. Curso STOP THE BLEED link: https://www.stopthebleed.org/

Elaborado por	**Evaluado y actualizado por**
Dr. Soriano Lozano Gerardo Guillermo Dr. Tonatiuh Mondragón Rodríguez Mtro. Raúl Velázquez Sevilla Dr. Iván Guadalupe Andrade Flores	Dr. Edgar Licona Pasarín Dra. Alejandra Cárdenas Zepeda Academia de Medicina del Deporte
Fecha de elaboración	**Fecha de última actualización aprobada por la Academia**
01/07/2015	Agosto 2026