**Universidad Veracruzana**
**Dirección General de Desarrollo Académico e Innovación Educativa**
**Dirección de Innovación Educativa**
**Área de Formación de Elección Libre**

**Programa de experiencia educativa**

**1.-Área académica**

| |
|---|
| Todas las áreas académicas |

**2.-Programa educativo**

| |
|---|
| Todos los programas educativos vigentes |

**3.-Dependencia académica**

| |
|---|
| Dirección de Actividades Deportivas (DADUV) |

| 4.-Código | 5.-Nombre de la experiencia educativa | 6.-Área de formación | |
|---|---|---|---|
| | | Principal | Secundaria |
| ADEP 80050 | Primeros auxilios y prevención de lesiones en el ejercicio físico y deporte | Electiva | |

**7.-Valores de la experiencia educativa**

| Créditos | Teoría | Práctica | Total horas a la semana | Total horas al periodo | Equivalencia (s) |
|---|---|---|---|---|---|
| 7 | 2 | 3 | 4 | 60 | Ninguna |

| 8.-Modalidad | 9.-Oportunidades de evaluación |
|---|---|
| Curso-taller/multimodal | Cursativa |

**10.-Requisitos**

| Pre-requisitos | Co-requisitos |
|---|---|
| Ninguno | Ninguno |

**11.-Características del proceso de enseñanza aprendizaje**

| Individual / Grupal | Máximo | Mínimo |
|---|---|---|
| Grupal | 25 | 15 |

| 12.-Agrupación natural de la Experiencia educativa (áreas de conocimiento, academia, ejes, módulos, departamentos) | 13.-Proyecto integrador |
|---|---|
| Salud integral | Ninguno |

**14.-Fecha**

| Elaboración | Modificación | Aprobación |
|---|---|---|
| Diciembre 2020 | | |

**15.-Nombre de los académicos que participaron en la elaboración y/o modificación**

| |
|---|
| Dr. Sergio Blásquez Sánchez |

**16.-Perfil del docente**

| |
|---|
| Médico cirujano con experiencia en medicina deportiva, con mínimo 3 años de experiencia en docencia en enseñanza superior y trabajo con gru os. |

| **17.-Espacio** | **18.-Relación disciplinaria** |
|---|---|
| Institucional | Multidisciplinar |

**19.-Descripción**

Esta Experiencia Educativa (EE) pertenece al Área de Formación de Elección Libre (AFEL), con un valor de 6 créditos (2 horas teóricas y 2 horas prácticas). Surge de la necesidad de ofrecer la oportunidad al alumno de conocer los principios básicos de primeros auxilios y desarrollar habilidades para la atención inicial ante situaciones de urgencias y emergencia médica en el contexto del ejercicio físico, deporte y la vida diaria; así como para el conocimiento de la etiología y prevención de los accidentes deportivos.

Dentro de los objetivos se encuentran:

- Capacitar al alumno para identificar y prevenir accidentes deportivos.
- Desarrollar las habilidades necesarias para evaluar una situación de urgencia o emergencia médica.
- Desarrollar las habilidades y destrezas necesarias para la atención inicial del deportista lesionado.

Las estrategias de aprendizaje-enseñanza utilizadas se fundamentan en el análisis de información actualizada, el uso de las tecnologías de la información y comunicación, planteamiento y evaluación de situaciones ficticias y reales, talleres prácticos para el desarrollo de habilidades y destrezas, entre otras.

Las evidencias de desempeño serán evaluadas con base en las demostraciones practicas de las habilidades desarrolladas, análisis de situaciones planteadas, justificación de los saberes teóricos y capacidad para resolver problemáticas contextualizadas en el ámbito de la cultura física.

**20.-Justificación**

La práctica del ejercicio físico y deporte sitúan al organismo humano en una situación de estrés que conlleva a una adaptación anatómica y funcional derivada del tipo de entrenamiento y los estímulos a los que se somete el organismo. Durante este proceso de adaptación al ejercicio y exposición a estrés físico y fisiológico, el cuerpo es susceptible a recibir daño del medio externo o interno que pude llevar al desarrollo de una lesión deportiva subsecuente a un accidente. El sistema más comúnmente afectado en este contexto es el musculoesquelético, sin embargo, el cardiovascular, nervioso, respiratorio y demás no se encuentran exentos de tal susceptibilidad. Algunas lesiones ameritan un manejo inmediato para disminuir el riesgo de complicaciones y secuelas o inclusive poner en peligro la vida del afectado.

Dicho lo anterior, se observa la importancia de instruir a la población universitaria sobre las medidas para la prevención de accidentes deportivos y la atención de urgencias y emergencias médicas presentadas durante la práctica del ejercicio físico y/o deporte.

**21.-Unidad de competencia**

El estudiante aplica los conocimientos de la etiología de los accidentes deportivos y primeros auxilios para la prevención y manejo inmediato de afecciones producidas en el contexto deportivo.

**22.-Articulación de los ejes**

| |
|---|
| Los saberes que predominan en esta EE se relacionan con el conocimiento de la etiología de los accidentes deportivos para la prevención de lesiones deportivas y la prestación de primeros auxilios básicos en el contexto del ejercicio físico y deporte (Eje teórico); a través de los cuales se desarrolla la comprensión de la importancia para el análisis de los agentes etiológicos de los accidentes deportivos, resolución de problemáticas relacionadas con la afección de la salud en el contexto deportivo y toma de decisiones para la atención inicial en una situación de urgencia o emergencia médica (Eje heurístico). Todo lo anterior con disciplina, respeto, tolerancia, humanidad, prudencia y empatía (eje axiológico). |

**23.-Saberes**

| Teóricos | Heurísticos | Axiológicos |
|---|---|---|
| ○ Etiología de los accidentes en el ejercicio físico y deporte<br>○ Prevención de accidentes en ejercicio físico y deporte<br>○ Generalidades de primeros auxilios<br>• El primer respondiente<br>• Conducta PAS<br>• Método VOS<br>• El botiquín de primeros auxilios<br>• Protección personal<br>• Urgencia y emergencia médica<br>○ Signos vitales<br>• Toma de signos vitales<br>• Interpretación de los signos vitales<br>○ Soporte Vital Básico<br>○ Manejo del Trauma<br>• ABCDE en trauma<br>• Atención de lesiones musculoesqueléticas<br>• Técnicas de vendaje e inmovilización<br>• Trauma torácico y abdominal<br>• Trauma craneoencefálico<br>○ Atención a alteraciones neurológicas<br>• Síncope y lipotimia<br>• Crisis convulsiva<br>• Crisis de ansiedad | • Pensamiento crítico y creativo<br>• Uso de recursos informáticos<br>• Toma de decisiones<br>•<br>• Evaluación y análisis de situaciones<br>• Comprensión lectora<br>• Toma de signos vitales<br>• Dominio de técnicas básicas de primeros auxilios<br>• Identificación de signos de urgencia y emergencia médica<br>• Identificación de prioridades de actuación<br>•<br>• Dirección<br>• Observación<br>• Trabajo en equipo<br>• Lectura crítica y analítica<br>• Investigación científica<br>• Manejo del estrés | • Respeto<br>• Auxilio<br>• Empatía<br>• Compromiso<br>• Confianza<br>• Creatividad<br>• Disciplina<br>• Determinación<br>• Compromiso<br>• Seguridad<br>• Autonomía<br>• Iniciativa<br>• Sensibilidad<br>• Autocrítica<br>• Responsabilidad |

| | | |
|---|---|---|
| ○ Heridas<br>• Evaluación y atención inicial<br>• Control de hemorragias<br>○ Quemaduras<br>• Clasificación<br>• Manejo inicial<br>○ Picaduras y mordeduras<br>• Insectos<br>• Reptiles<br>• Mamíferos | | |

**24.-Estrategias metodológicas**

| De aprendizaje | De enseñanza |
|---|---|
| • Análisis de diversas fuentes de información<br>• Uso de recursos informáticos<br>• Análisis de casos<br>• Participación en foros de discusión<br>• Planteamiento de problemas<br>• Discusiones grupales<br>• Demostración practica<br>• Repetición de técnicas<br>• Trabajo en equipo<br>• Autocrítica | • Método interrogativo<br>• Método expositivo<br>• Construcción conjunta<br>• Planteamiento de casos<br>• Demostración práctica<br>• Mesas de trabajo<br>• Presentación y análisis de videos<br>• Uso de recursos tecnológicos en informáticos<br>• Supervisión<br>• Uso de videos |

**25.-Apoyos educativos**

| Materiales didácticos | Recursos didácticos |
|---|---|
| • Libros<br>• Manuales<br>• Artículos<br>• Videos<br>• Páginas Web<br>• Aplicaciones móviles | • Proyector digital<br>• Computadora<br>• Termómetro<br>• Esfigmonanómetro aneroide<br>• Estetoscopio<br>• Oxímetro de pulso<br>• Lámpara de diagnóstico<br>• Pelota de goma<br>• Modelos anatómicos |

**26.-Evaluación del desempeño**

| Evidencia (s) de desempeño | Criterios de desempeño | Campo (s) de aplicación | Porcentaje |
|---|---|---|---|
| Ejecución de técnicas de primeros auxilios | • Ejecución correcta<br>• Aplicación en situaciones adecuadas<br>• Uso correcto de material<br>• Uso de técnica PAS<br>• Uso de técnica VOS | Aula<br>Cancha | 40% |

| | | | |
|---|---|---|---|
| Evaluación teórica | • Conocimiento de la etiología y prevención de accidentes deportivos<br>• Identificación de situaciones de urgencia y emergencia médica<br>• Análisis de casos | Aula | 30% |
| Portafolio de evidencias | • Prácticas<br>• Evidencias de aprendizaje | Aula<br>Cancha | 30% |
| | | **Total** | **100%** |

**27.-Acreditación**

Para acreditar esta experiencia educativa el estudiante deberá haber presentado con suficiencia cada evidencia de desempeño, es decir, que en cada una de ellas haya obtenido cuando menos el 60%, así como también el 80% mínimo de asistencias.

**28.-Fuentes de información**

**Básicas**


- Rodríguez, D. R. (2010). Prevención de lesiones en el deporte: Claves para un rendimiento deportivo óptimo. Ed. Médica Panamericana.
- Bahr, R., & Maehlum, S. (2007). Lesiones Deportivas/Sports Injuries: Diagnóstico, Tratamiento Y rehabilitación/Diagnostic, Treatment and Rehabilitation. Ed. Médica Panamericana.
- Asociación Americana del corazón. (2015). Soporte Vital Básico: Libro del proveedor.
- Subcommittee, A. T. L. S., & International ATLS Working Group. (2013). Advanced trauma life support (ATLS®): the ninth edition. The journal of trauma and acute care surgery, 74(5), 1363-1366.
- Limmer, D., OKeefe, M. F., & Dickinson, E. T. (2017). Urgencias Prehospitalarias. *México: Manual Moderno*, *19*.


**Complementarias**


- Colegio Americano de Medicina del Deporte. (2020). Colegio Americano de Medicina del Deporte. https://www.acsm.org/
- Asociación Americana del Corazón. (2020). Asociación Americana del corazón. https://www.heart.org/
- Cruz Roja Mexicana. (2020). Cruz Roja Mexicana. https://www.cruzrojamexicana.org.mx/