

## La pérdida de voz es reconocida como accidente laboral

“No voy a levantar más la voz” o “no lo diré otra vez” son frases populares en todos los niveles de la enseñanza. El principal instrumento de trabajo para los docentes, la voz, es alterado con más frecuencia de lo que pensamos ya que, según recientes estudios realizados en La Rioja y en Guipúzcoa, estos trastornos afectan al 17,7% y 20,84%, respectivamente; valores muy superiores al 6,5% de media de la población general. A estos datos se suma el hecho de una reciente sentencia en Vizcaya que ha fallado a favor de una profesora de primaria, al reconocer su pérdida de voz como un accidente laboral.

Los principales factores de riesgo que influyen en este problema son: la ubicación de la escuela en zona ruidosa, una mala acústica de las aulas, escasez de pausas, actividades al aire libre con humedad y sin retorno de voz, cambios de voz y entonaciones diversas y uso de tizas que no son antipolvo.

Las medidas de prevención suelen basarse en una adecuada educación de la voz y del ritmo respiratorio y el respeto a una serie de normas tales como no hablar muy deprisa, no subir la intensidad de la voz a pesar del ruido, evitar realizar imitaciones de voz, efectuar reposo vocal y evitar la exposición al aire acondicionado.

Algunas universidades, como la de Lérida, la Complutense de Ma-

drid y la del País Vasco, ya cuentan con programas de atención foniatrica del personal docente aunque, según palabras de la foniatra que diagnosticó la dolencia en la sentencia de Vizcaya, “ningún profesor debería empezar la clase sin hacer ejercicios vocales”.

Es una información aparecida en *Tribuna de Actualidad* del 22 de noviembre de 1999.



## Red Europea de Escuelas Promotoras de la Salud

La Red europea de escuelas promotoras de la salud es una acción tripartita llevada a cabo por la Oficina regional de la Organización Mundial de la Salud para Europa, la Comisión de la Unión Europea y el Consejo de Europa, ya que consideran a los centros educativos como un medio eficaz para promover el intercambio de experiencias y de información y difusión de modelos de buenas prácticas de promoción de la salud. Todos los centros educativos pueden participar en esta Red. Para obtener más información pueden dirigirse al Centro de Coordinación en España: Centro de Desarrollo Curricular, Dirección General de Renovación Pedagógica, Ministerio de Educación y Cultura, General Oráa, 55, 28006 Madrid, Tel. 915620608, Fax 915631842.

## Erga-FP en Internet

En la página web del INSHT en Internet ([www.mtas.es/insht](http://www.mtas.es/insht)) se ha creado un apartado dentro de la sección de publicaciones periódicas que incluye los siete últimos números del periódico Erga-FP de forma íntegra, al que se irán incorporando los futuros ejemplares editados.

Se ha respetado todo el contenido de los periódicos y también su diseño original, con el propósito de que sus páginas se puedan continuar utilizando como una “herramienta pedagógica” que ayude al profesorado de FP en la enseñanza de la prevención de riesgos laborales (actividades de ayuda), además

## EDITORIAL

Recientemente se ha celebrado en Barcelona (*Les Heures. Universitat de Barcelona. Fundació Bosch i Gimpera*), una Jornada sobre los aspectos “prácticos” de la Formación Profesional. Especialmente, se ha incidido en el “módulo de formación en centros de trabajo (FCT)” en la “formación profesional específica”.

El tema, la “preocupación”, nos parece sumamente interesante. Es una realidad que las “prácticas” en la empresa (en el lugar de trabajo) suelen no cumplir los objetivos que se definieron para ellas. Esto ocurre no únicamente en la formación profesional “reglada”, sino en todo tipo de FP (formación ocupacional, certificados de profesionalidad, formación continua y, por supuesto, en los “prácticums” de la enseñanza universitaria, considerada ésta también como una “enseñanza profesional”). La necesidad de replantearnos la enseñanza en la empresa es absoluta, tanto por lo que hace referencia a los objetivos de la misma como a la metodología utilizada y a su evaluación.

Y ello no únicamente para establecer los oportunos canales de conexión enseñanza-trabajo, que también, sino para proporcionar a los alumnos y alumnas la obtención de lo que hemos denominado “objetivos actitudinales”. Es evidente que los conocimientos y parte de los procedimientos requeridos para el desempeño de una profesión pueden “enseñarse” en el aula, pero resultaría incongruente, sobre todo desde el punto de vista metodológico, olvidar la realidad inmediata del puesto de trabajo (la “acción” concreta, la relación con el grupo, la necesidad de solucionar problemas, la adaptación personal a la tarea, etc.), en la obtención de las “predisposiciones”, de las formas de interpretar y vivir la situación laboral.

Cuando hablamos de “seguridad y salud laboral”, la “formación de las actitudes” se nos presenta importante y vinculada a la realidad laboral. Por ello, sería interesante profundizar más en los métodos docentes que se utilizan en las empresas, en los objetivos concretos que se persiguen, en la formación de los propios “profesores tutores”, en la determinación de los indicadores conductuales que deben lograrse y en la evaluación objetiva de los resultados.

**28 de abril: Día de la Seguridad y la Salud en el Trabajo**

de proporcionar información actualizada sobre el entorno de la formación y las condiciones de trabajo en los centros escolares (noticias, artículos de opinión, legislación, etc.).

Los números que están disponibles son: nº11/1998. Manipulación manual de cargas; nº12/1998. Primeros auxilios. Organización; nº13/1998. Almacenamiento de sustancias químicas; nº14/1998. Señalización de seguridad; nº15/1999. Quemaduras. Primeros auxilios; nº 16/1999. Trabajo a turnos y nocturno; nº17/1999. Trabajos con carretillas automotoras; nº18/1999. Tránsito de sustancias químicas.

Estos periódicos están en formato PDF, que es legible mediante la aplicación Acrobat Reader. En el caso de no disponer de dicha aplicación, se puede descargar gratuitamente de la página de Adobe.

**¡¡Aviso!!**

La fecha límite para remitir el cuestionario sobre Información y Comunicación del Riesgo de los Productos Químicos, enviado con el Erga-FP nº18, es el 15 de junio de 2000

**ERGAFP**

Formación Profesional

CONTENIDO

- 1 Editorial  
Noticias
- 2 Opinión  
Programa de prevención de patologías musculoesqueléticas del docente  
Publicaciones de interés  
Oferta formativa
- 3 Notas prácticas  
Primeros auxilios. Hemorragias  
Normas básicas  
Caso práctico
- 4 Actividades de ayuda para el profesorado  
Legislación

ERGAFP es una publicación gratuita editada por el INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO, destinada al profesorado de Formación Profesional o relacionados con el tema de seguridad e higiene. Para solicitar ejemplares de este periódico pueden dirigirse, indicando el Centro educativo al que pertenecen, al departamento de Redacción y Administración que figura en el dorso.

## OPINIÓN

## Programa de prevención de patologías musculoesqueléticas del docente

Desde el Departament d'Ensenyament de la Generalitat de Catalunya, a través de la Dirección General de Recursos Humanos (Salud Laboral), se está llevando a cabo un programa piloto experimental de Prevención de Patologías Musculoesqueléticas del Docente (PPMED).

La puesta en marcha de este proyecto se sustenta en tres pilares: el social y profesional, puesto que el 31% de los días de baja de los docentes de primaria y secundaria es debido a problemas musculoesqueléticos de la espalda; el económico, dadas las repercusiones presupuestarias del absentismo laboral derivado de este tipo de patologías; y el legal (Ley de Prevención de Riesgos Laborales, Reglamento de los Servicios de Prevención, Reales Decretos relativos a la manipulación manual de cargas, pantallas de visualización de datos, etc.).

Los objetivos del programa podemos sintetizarlos en los siguientes puntos: reflexionar, identificar y conocer los factores de riesgo personales y profesionales que influyen en la salud y el bienestar de los docentes, en relación con los problemas musculoesqueléticos de la espalda; desarrollar técnicas, recursos y estrategias de carácter preventivo

-individuales y organizativos- que permitan la adquisición de ac-

titudes y hábitos saludables; y potenciar la incorporación de la salud laboral a los instrumentos de gestión del centro educativo, como un recurso que favorezca el grado de satisfacción personal y profesional de los docentes.

El desarrollo de este programa piloto se ha concretado en tres fases. La primera ha consistido en un trabajo de sensibilización, información y motivación de centros y profesorado. Se han realizado dos sesiones de dos horas en 14 centros de Enseñanza Primaria y en siete de Enseñanza Secundaria en el ámbito territorial de Catalunya, abarcando una población de 517 docentes.

La segunda fase se ha basado en el diseño, elaboración y realización de un curso, de 88 horas de duración, de formación de formadores sobre las patologías musculoesqueléticas de los docentes. El curso lo han realizado 22 docentes, distribuidos por toda Catalunya.

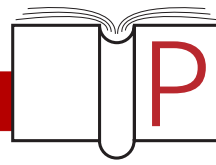
Por último, se han incluido, dentro de la oferta de formación permanente del profesorado, unos cursos de 30 horas de duración sobre la prevención de patologías musculoesqueléticas, realizando hasta el momento doce de ellos, y se ha elaborado todo el material necesario para su impartición.

El análisis del profesorado sobre el programa (PPMED) ha sido muy positivo y las solicitudes para realizar el curso de formación de 30 horas triplican los cursos programados.

Las personas interesadas en este programa pueden obtener más información a través del número de teléfono de contacto siguiente: 93 408 27 71.

**Andrés González Bellido**

Coordinador del Programa Piloto PPMED



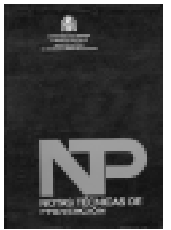
## PUBLICACIONES DE INTERÉS

### Notas Técnicas de Prevención (NTP). INSHT

Las NTP son documentos breves (4-10 páginas) que tratan un tema preventivo concreto con una orientación eminentemente práctica, al estilo de un manual. En la colección se tratan todas las áreas preventivas: seguridad, higiene, medicina, toxicología, psicología, formación, etc. Se puede consultar la relación de notas y el índice temático en la web del INSHT: [www.mtas.es/insht](http://www.mtas.es/insht).

NTP nº 469: Hemorragias y *shock*: primeros auxilios (incluida en 13ª serie, 7º Vol.).

Precio: Serie con carpeta: 3.640 pts. (IVA incluido)



### Previsión, Trabajo y Salud. INSHT



Publicación bimestral, dirigida a los profesionales e interesados en la prevención de riesgos laborales, que ofrece contenidos básicamente técnicos, jurídicos e informativos que pueden ser útiles para las personas implicadas en este tema.

Suscripciones: BOUNCOPY, c/ San Romualdo, 26, 3º, 28037 Madrid, Tel. 91 304 73 43, Fax 91 304 83 29.

Precio suscripción: 5.000 ptas./año (IVA incluido)

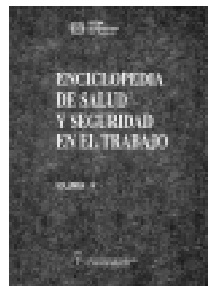
### Enciclopedia de salud y seguridad en el trabajo (4ª edición).

#### Oficina Internacional del Trabajo (OIT)

Publicación considerada como el mejor ejemplo de instrumento divulgativo, por la amplitud de temas que recoge, por su rigurosidad y por su enorme difusión, siendo el libro de consulta por excelencia en seguridad y salud en el trabajo.

Madrid, Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, 1998, 4 volúmenes.

Precio: 42.000 Ptas. (IVA incluido)



Las publicaciones del INSHT pueden solicitarse a: Servicio de Ediciones y Publicaciones. Torrelaguna, 73. 28027 Madrid. Tel.: 91 403 70 00 Fax: 91 403 00 50. Centro Nacional de Condiciones de Trabajo. Dulcet, 2-10. 08034 Barcelona. Tel.: 93 280 01 02 Fax: 93 280 36 42 / Librería del BOE. Trafalgar, 29. 28071 Madrid. Tel.: 91 538 22 95 Fax: 91 538 23 49.

## OFERTA FORMATIVA

### Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo

Curso: *Riesgos eléctricos*  
CNMP Sevilla, 1-2 de junio de 2000

Curso: *Análisis de las condiciones de trabajo. Método ANACT*  
CNVM Vizcaya, 5-6 de junio de 2000

Curso: *Ruido y vibraciones*  
CNCT Barcelona, 5-8 de junio de 2000

Curso: *Evaluación de la carga física de trabajo*  
CNNT Madrid, 5-9 de junio de 2000

Curso: *Ergonomía*  
CNMP Sevilla, 5-9 de junio de 2000

### Otras entidades

II Congreso español de medicina y enfermería del trabajo

VI Congreso iberoamericano de medicina del trabajo

Zaragoza, 16 al 19 de mayo de 2000  
Información: Paseo Sagasta, 19, entlo., dcha., 50008 Zaragoza, España

Seminario: *Estrategias para evaluar o intervenir sobre el estrés laboral.*

Granada, 26-28 junio  
Información: Escuela Andaluza de Salud Pública. Campus Universitario de Cartuja, apartado 2070, 18080 Granada. Tel. 95 802 74 00. Fax: 958 02 75 03. e-mail: [comunicación@easp.es](mailto:comunicación@easp.es).

Las actividades del INSHT son gratuitas. Al inscribirse en la primera actividad deberá entregarse fotocopia compulsada de la titulación universitaria. Los impresos de inscripción deberán solicitarse al Centro Nacional que organice la actividad formativa. El plazo de admisión de solicitudes finaliza un mes antes del inicio de la actividad (excepto Jornadas Técnicas). El horario es de 9 a 14 horas.

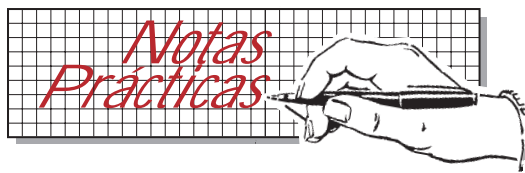
#### Centros Nacionales

C. N. de Condiciones de Trabajo (CNCT): c/ Dulcet, 2-10, 08034 Barcelona  
Tel.: 93 280 01 02 - Fax: 93 280 00 42

C. N. de Medios de Protección (CNMP): Autopista de San Pablo, s/n, 41007 Sevilla  
Tel.: 95 451 41 11 - Fax: 95 467 27 97

C. N. de Nuevas Tecnologías (CNNT): c/ Torrelaguna, 73, 28027 Madrid  
Tel.: 91 403 70 00 - Fax: 91 326 28 86

C. N. de Verificación de Maquinaria (CNVM): Camino de la Dinamita, s/n, Monte Basatxu-Cruces, 48903 Baracaldo (Vizcaya)  
Tel.: 94 499 02 11-499 05 43 - Fax: 94 499 06 78



En esta ocasión, la sección de Notas Prácticas trata el tema de las hemorragias en primeros auxilios. Se incluyen los siguientes apartados: un conjunto de recomendaciones que constituyen el cuerpo teórico del tema; un caso práctico; una serie de actividades didácticas que pueden desarrollarse a partir de dicho caso y un apartado de legislación. Las propuestas didácticas son orientativas y tienen como finalidad el que puedan ser utilizadas por el profesorado como herramientas de apoyo a la hora de abordar la enseñanza en temas de prevención.

## PRIMEROS AUXILIOS: HEMORRAGIAS

Continuando con el tema de los primeros auxilios, iniciado en el Erga-FP nº 12, dedicamos la actual sección de Notas Prácticas a las hemorragias, entendiendo como tales cualquier salida de la sangre de los cauces normales del cuerpo humano. El objetivo principal de los socorristas es evitar la pérdida de sangre de la persona accidentada, siempre que ello sea posible. Sin embargo, existen casos, como el de las hemorragias internas o las del oído, en las que no se puede o no se debe detener el fluido sanguíneo, por lo que la actuación del socorrista será sólo preventiva y dirigida a evitar el empeoramiento del estado de salud de la persona lesionada. Por ello, las normas básicas que exponemos a continuación se ceñirán exclusivamente a las hemorragias externas, que son aquellas en las que la sangre sale del interior del cuerpo hacia el exterior a través de una herida, y sobre las que el socorrista tiene más capacidad de decisión y actuación. Después se citarán otras normas para casos más específicos los cuales se distinguirán tipográficamente con "negrita".

### NORMAS BÁSICAS

**1** Detener la hemorragia empleando, por orden, los métodos siguientes: la compresión directa, la compresión arterial o el torniquete. En un principio, se recurrirá siempre al primer sistema, utilizando el siguiente en caso de que el anterior no tenga éxito.

**2** La compresión directa consiste en efectuar una presión en el punto de sangrado con un apósito lo más limpio posible (gasas, pañuelo, un trozo de ropa, etc.) durante diez minutos, como mínimo, elevando a la vez el miembro afectado a una altura superior a la del corazón de la persona accidentada.

**3** Aliviar la presión ejercida sobre la herida una vez hayan transcurrido los diez minutos, pero sin quitar nunca el apósito. Si se logra detener el fluido de sangre, hay que proceder a vendar la herida y trasladar a la persona accidentada al

hospital. El método de la compresión directa no se puede usar en el caso de que la hemorragia esté producida por una fractura abierta de hueso.

**4** Combinar la compresión arterial con el primer sistema, en el caso de que no se consiga una reducción de la hemorragia. Para ello se debe encontrar la arteria principal del miembro afectado (brazo o pierna) y detener la circulación sanguínea en esa zona mediante una compresión efectuada con las yemas de los dedos del socorrista. La compresión debe mantenerse hasta la llegada de la ambulancia o el ingreso hospitalario de la persona accidentada.

**5** Realizar un torniquete. Este sistema se utilizará sólo en el caso de que los anteriores métodos no sean eficaces o cuando el número de personas accidentadas con lesiones vitales supere al de los socorristas y

no se pueda atender de forma permanente a cada uno de ellos.

**6** Aplicar el torniquete por encima de la herida y en el extremo del miembro afectado, utilizando para ello un vendaje ancho. Ejercer la presión necesaria para detener la hemorragia y anotar la hora de colocación. El socorrista nunca aflojará el torniquete.

**7** Hemorragias de **oído** por traumatismo craneal. En este caso, la actuación del socorrista va encaminada a no mover a la persona accidentada y a facilitar la salida de la sangre. Por ello, este tipo de hemorragias no se debe detener y, controlando los signos vitales, se procederá a la evacuación urgente de la persona afectada hacia un centro sanitario con servicio de Neurología.

**8** Hemorragias de **nariz**. Efectuar una presión directa sobre la venta-

na nasal sangrante y contra el tabique nasal y mantenerla durante un tiempo mínimo de cinco minutos. Realizar esta operación inclinando la cabeza hacia adelante para evitar la posible inspiración de coágulos. Pasado este tiempo, disminuir la presión y comprobar si la hemorragia ha cesado. De no ser así, se efectuará un taponamiento anterior con una gasa mojada en agua oxigenada. Si la hemorragia no se detiene, hay que evacuar a la persona accidentada a un centro sanitario.

**9** Hemorragias **internas**. Estas hemorragias se producen en el interior del organismo sin que la sangre salga al exterior. Se detectan porque la persona accidentada presenta síntomas de *shock* (inconsciencia, sudor frío...). En este caso, se debe evacuar urgentemente al afectado a un centro sanitario, controlando siempre los signos vitales (pulso, respiración y temperatura).

### CASO PRÁCTICO

**Descripción:** Begoña tiene 18 años y estudia cerámica en un centro de formación de Artes Aplicadas ubicado en un viejo edificio de la ciudad. Ella y otros compañeros de curso se habían quedado por la tarde en la sala-taller de la escuela para terminar un trabajo que tenían en común.

Begoña necesitaba pintura azulada para decorar un jarrón y fue a buscarla al armario de material que estaba en el distribuidor del otro lado de la sala y cerca de la puerta de entrada.

La chica se levantó y se dirigió hacia allí. Javier, que estaba "coladito" por sus huesos, aprovechó la ocasión y la siguió con la mirada. Como la puerta era de grandes dimensiones y acristalada, continuó observando sus movimientos. Begoña estaba intentado alcanzar el bote de pintura pero, como estaba muy alto y ella era de pequeña estatura, no llegaba a cogerlo con la mano. Javier seguía divertido la escena. Sin embargo, intuyó el peligro cuando vio que Begoña, con una regla de dibujo, estaba desplazando el bote hacia afuera para hacerlo caer. Un movimiento descontrolado de Begoña hizo que el bote cayera de forma imprevista y no le diera tiempo para apartarse. Se protegió con la mano, pero el bote llegó a golpearla en la frente y la nariz. Después de notar el impacto, Begoña se puso las manos en la cara, notó cómo sangraba y, asustada, se giró hacia sus amigos pidiendo ayuda.

Javier fue el primero en reaccionar. Se dirigió a toda prisa hacia la puerta tras la cual se encontraba Begoña y, propinándole un fuerte empujón, trató de abrirla. El cristal no aguantó la sacudida (la puerta se abrió en dirección contraria) y se partió en pedazos.



Enric Mitjans

Uno de ellos alcanzó el brazo de Javier y le produjo un gran corte.

Sus otros compañeros se quedaron atónitos: el espectáculo era terrible. Begoña tenía la cara ensangrentada y Javier estaba tendido en el suelo, rodeado de cristales y sangrando también por el brazo. Tardaron unos segundos en movilizarse, pero enseguida se dirigieron hacia ellos para prestarles ayuda. Nadie sabía cómo actuar exactamente, hasta que Alberto comentó que había hecho alguna cosa de primeros auxilios y se hizo cargo del asunto. Mientras uno de ellos iba a pedir ayuda por teléfono, los otros chicos instalaron a Begoña en una silla y, con un trapo mojado, le limpiaron la cara. Vieron que no paraba de sangrar por la nariz. Alberto, que estaba atendiendo a Javier, les dijo que presionaran la nariz con los dedos contra el tabique nasal y que la chica colocara la cabeza hacia atrás. Él, mientras tanto, intentaba detener la sangre que

salía por la herida del brazo de Javier con un trapo manchado de pintura (era el primero que había encontrado). Al cabo de unos minutos, creyendo que se había detenido la hemorragia, retiró el trapo, pero inmediatamente la sangre volvió a brotar. Alberto, asustado, decidió hacerle un torniquete y cogiendo un trozo de camisa le hizo un vendaje muy fuerte por encima de la herida. Esto pareció que solucionaba el problema, pero Javier se quejaba de fuertes dolores y hormigueo en la mano del brazo afectado. Estuvieron así hasta que por fin llegó el servicio de urgencias. El médico que atendió a Javier le preguntó a Alberto cuánto tiempo hacía que le habían hecho el torniquete al accidentado y Alberto no supo qué responder.

## Caso práctico. Actuaciones indebidas

Quitar el trapo utilizado para comprimir la zona donde se produce la hemorragia.

Norma básica 3

No elevar el brazo del accidentado mientras se intenta detener la hemorragia por compresión.

Norma básica 2

Inclinar y mantener la cabeza hacia atrás de la persona que sufre una hemorragia nasal (Begoña).

Norma básica 8



Emplear un trapo sucio para taponar la herida del brazo de Javier.

Norma básica 2

No anotar la hora en que se realiza el torniquete.

Norma básica 6

Practicar un torniquete sin necesidad. Previamente se debería haber intentado controlar la salida de la sangre comprimiendo la arteria principal del brazo.

Normas básicas 1 y 4



## ACTIVIDADES DE AYUDA PARA EL PROFESORADO

1. A partir del caso práctico expuesto, identificar los errores cometidos por los compañeros de clase de los dos protagonistas cuando aplican los primeros auxilios a los accidentados. Analizar los problemas que ello comportaría para su salud y plantear las posibles medidas alternativas.

**Propuesta:** Una vez estudiado el caso práctico, los alumnos, en pequeños grupos, destacarán en un listado todas aquellas actuaciones empleadas en la historia que consideren incorrectas para poder controlar las hemorragias sufridas por Begoña y Javier, apoyando sus conclusiones en las posibles consecuencias negativas que podrían tener para su salud. Por ejemplo: utilizar un trapo sucio para contener la hemorragia puede implicar una infección en la herida. A continuación, los representantes de cada grupo irán exponiendo, por orden, su listado definitivo al resto de la clase. Una vez terminado este proceso, se discutirá abiertamente entre todos los estudiantes hasta llegar a las actuaciones indebidas que el grupo, en conjunto, considere más relevantes, al mismo tiempo que se establecerán las alternativas más oportunas.

2. Recoger información sobre los diferentes métodos de control de hemorragias existentes, mediante recopilación bibliográfica, entrevistas a profesionales, visitas a instalaciones sanitarias, etc.

**Propuesta:** La clase se dividirá en grupos de 4 o 5 personas. Cada uno de ellos recopilará información sobre los diferentes tipos de hemorragias como las internas, las exteriorizadas (hemorragias de nariz y de oído) y las externas, junto con los diferentes métodos de control, como son: la compresión directa, la arterial y el torniquete. Una vez se ha realizado esta búsqueda de información, los alumnos expondrán a todo el grupo-clase la técnica que han trabajado y explicarán cuándo es necesario aplicarla y cuál es el proceso que se ha de seguir para hacerlo, intentando que la metodología utilizada en la exposición sea lo más práctica posible. Para ello, sería conveniente que los alumnos consiguieran todos los elementos necesarios para realizar las diferentes representaciones como: maniqués, muñecos, vendajes, etc.

3. Realizar simulacros de diferentes situaciones laborales en las que suceda un accidente que provoque lesiones con pérdida de sangre en una o varias personas que estén trabajando. Analizado el tipo de hemorragia que se origine en cada caso, el alumnado intentará aplicar las técnicas de control trabajadas con anterioridad.

**Propuesta:** El profesor presentará en clase distintos casos de accidentes (similares al descrito en este periódico) en los que se hayan producido heridos que presenten algún tipo de hemorragia. Los alumnos deberán representar estos casos. En cada dramatización se elegirá a un alumno para que realice

**Todos los ejercicios pueden resolverse a partir de la discusión en grupo y de los comentarios de los alumnos.**

el papel de persona herida. A continuación, los otros estudiantes, en grupos de 4 o 5 personas, deberán desempeñar el papel de "compañeros" que tienen como misión socorrer a los accidentados. Una vez hayan intervenido todos los alumnos, se compararán las diferentes simulaciones y se comentarán teniendo en consideración los errores cometidos y cuáles serían las posibles medidas apropiadas para cada caso.

4. Visita al centro escolar de una persona vinculada al mundo sanitario, que sea especialista en materia de primeros auxilios, con el fin de impartir una sesión teórico-práctica sobre este tema.

**Propuesta:** El especialista en primeros auxilios impartirá una clase en la que los alumnos colaborarán en la elaboración de unas pautas o normas de actuación básicas en este tema. De esta manera, el grupo-clase establecerá un decálogo donde queden reflejadas las 10 consignas o pasos previos que toda persona debe tener en cuenta en caso de que se produzca un accidente. En el decálogo se jerarquizarán las normas de actuación que debe llevar a cabo el

socorrista por orden de importancia, teniendo en cuenta la lesión que ha sufrido la persona.

Esta propuesta debería extenderse no sólo a los alumnos, sino a todo el colectivo del profesorado, fomentando, de este modo, una cultura preventiva en materia de primeros auxilios.

5. Llevar a cabo una campaña de sensibilización en el centro escolar sobre el tema de los primeros auxilios, tratando de implicar a todos los colectivos representativos de la institución educativa.

**Propuesta:** Los alumnos, a partir de los contenidos trabajados en clase, formarán pequeños grupos que se encargarán de elaborar y diseñar material divulgativo relacionado con la temática de los primeros auxilios en forma de carteles y trípticos, en los que aparecerán pautas y recomendaciones generales que toda persona debe tener en cuenta en caso de que suceda un accidente. Posteriormente, este material se distribuirá y colocará en puntos estratégicos del centro, con la finalidad de que se pueda usar como una herramienta de consulta de fácil acceso. Así pues, este recurso didáctico involucrará a todo el personal del Instituto y será una referencia de uso obligado en caso de producirse cualquier tipo de accidente.

6. Identificar distintas profesiones en las que los trabajadores tengan más riesgo de sufrir hemorragias en caso de accidente, así como los equipos de protección individual que se deberían utilizar basándose en la adecuación de su puesto de trabajo.

**Propuesta:** Los alumnos, de dos en dos, reflexionarán entorno a aquellas profesiones que impliquen mayor riesgo de sufrir cortes o fracturas que originen hemorragias (carpinteros, pulidores, cristaleros, albañiles...). Después, analizarán las posibles causas de los accidentes y las medidas o equipos de protección que deberían utilizarse para prevenirlos. Para llevar a cabo esta actividad sería conveniente realizar alguna visita a talleres, fábricas u obras donde se ejerzan las profesiones seleccionadas por los alumnos.



## LEGISLACIÓN

Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales, Cap. III, Art. 20 (BOE 10.11.1995).

Real Decreto 486/1997, de 14 de abril. Disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo (BOE 23.4.1997).

Edita: Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. Redacción y Administración: INSHT-Centro Nacional de Condiciones de Trabajo. Dulcet, 2-10 08034 Barcelona. Teléfono: 93 280 01 02 - Ext. 2313 / Fax: 93 280 00 42 - Internet: <http://www.mtas.es/insht> / e-mail: [cnctinsht@mtas.es](mailto:cnctinsht@mtas.es)

Director de la Publicación: Emilio Castejón Vilella. Redacción: Rosa Mª Banchs Morer, Pilar González Villegas, Jaime Llacuna Morera, Cesar Sánchez Hernández, Josep Zugasti Ramón. Diseño y maquetación: Guillem Latorre Alcoverro, Enric Mitjans Talón. Composición e impresión: Centro Nacional de Condiciones de Trabajo