

## Introducción

---

**RCP en las escuelas** es un programa educativo completo diseñado específicamente para ese ámbito. Los módulos del curso los puede impartir cualquier estudiante o docente en el transcurso de una clase. El Kit de entrenamiento RCP en las escuelas puede cumplir los requisitos legislativos de su estado si ellos requieren entrenamiento en reanimación cardiopulmonar (RCP) con un componente psicomotor (sesiones prácticas con un maniquí).

El curso está diseñado para poder impartirse sin necesidad de formación adicional para el facilitador. El programa educativo puede desarrollarse en una sesión de una clase o incorporarse en un curso más detallado que incluya otros aspectos sanitarios o conceptos científicos. Esto brinda al facilitador la flexibilidad para adaptarlo a las necesidades educativas de los estudiantes. Además, permite realizar multitud de actividades educativas adicionales que se pueden añadir al programa básico incluido en el DVD.

## Descripción del curso RCP en las escuelas

---

El curso consta de 5 módulos y la actividad opcional Es por la vida®:

1. Actividad Es por la vida® (opcional)
2. RCP usando solo las manos en adultos y DEA (obligatorio)
3. RCP con ventilaciones en adultos (opcional)
4. Obstrucción en adultos (opcional)
5. RCP y DEA en niños (opcional)
6. Obstrucción en niños (opcional)

Los módulos abarcan RCP, obstrucción y uso de un desfibrilador externo automático (DEA), cuando sea apropiado. Puede enseñar cada módulo de forma individual o enseñar varios módulos a la vez, según las necesidades de los estudiantes.

## Función del facilitador

---

Cualquier persona motivada a compartir las habilidades de RCP para salvar vidas puede ser un facilitador de RCP en las escuelas.

Recuerde que no es necesario ser instructor de la American Heart Association (AHA) ni poseer una tarjeta de acreditación de un curso de RCP para ser facilitador. Este es un curso basado en video y las lecciones que en él se ofrecen servirán para enseñar a los estudiantes las habilidades de la RCP. Como facilitador, usted ayudará a mantener el ritmo de la clase. Entre sus responsabilidades se incluyen:

- Crear una experiencia de aprendizaje positiva
- Prepararse antes de la clase, lo que incluye la planificación de toda la logística
- Organizar el equipo y el aula
- Dirigir satisfactoriamente el curso tal y como se describe en esta guía

## Equipo del curso

El equipo necesario para cada clase de RCP en las escuelas se enumera a continuación. Todo el equipo tiene que encontrarse en buen estado.

<b>Incluidos en el Kit de entrenamiento RCP en las escuelas</b>	1 bolsa de transporte con ruedas para la clase
	10 maniqués inflables Mini Anne® Plus
	10 alfombrillas para arrodillarse
	10 fundas de transporte individuales
	5 DVD de entrenamiento “practicar mientras mira”
	1 bomba de mano para inflar los maniqués
	2 bolsas de malla para recolección y almacenamiento
	10 vías aéreas de repuesto
	50 toallitas para maniqués
	10 mascarillas faciales de repuesto
	10 simuladores de DEA para entrenamiento
	1 fichero para el facilitador que contiene la guía del facilitador, los planes de lecciones, las pruebas anteriores y posteriores al curso y material complementario
<b>Equipamiento adicional necesario</b>	Un reproductor de DVD, un mando a distancia y un monitor o una pantalla grande para que los estudiantes puedan ver correctamente
	1 mesa, en el caso de que un estudiante no pueda arrodillarse en el suelo para practicar la RCP
	Una sala con espacio suficiente para que todos puedan ver y escuchar claramente el video.

## Almacenamiento de los maniqués

Recolecte los maniqués inflados en las bolsas de malla entre una clase y la siguiente, o bien desinfele los maniqués y guárdelos en sus fundas de transporte individuales junto con la alfombrilla para arrodillarse.

Guarde las fundas de transporte individuales, las bolsas de malla, los DVD, las vías respiratorias y las caras de los maniqués de repuesto y las toallitas para los maniqués sin usar en la bolsa de mayor tamaño hasta el siguiente uso.

## Mantenimiento de los maniqués

Si los estudiantes van a practicar las ventilaciones, sustituya la vía aérea después de cada estudiante. Siga estos pasos para hacerlo:

1. Suelte las tiras de la vía aérea situadas en la parte inferior del maniquí y en el cuello.
2. Retire la cara soltando los conectores situados en las orejas.
3. Desenganche la vía aérea del soporte para la cara. Retire la vía aérea de debajo de la placa del pecho.
4. Conecte una nueva vía aérea a una cara limpia y ajuste las pestañas del cuello.
5. Coloque la vía aérea debajo de la placa del pecho.
6. Vuelva a enganchar la pestaña situada en la parte inferior.
7. Enganche de nuevo la cara a los conectores situados en las orejas.

Desinfecte las caras entre cada clase utilizando las toallitas para el maniquí suministradas (no utilice toallitas antibacterianas, toallitas para bebés ni toallas o pañuelos de papel).

## Acceso al material didáctico

Para pedir materiales de RCP adicionales o de reemplazo, llame al 1-866-935-5484 o envíenos un correo electrónico a [cprinschools@heart.org](mailto:cprinschools@heart.org).

Para obtener más información sobre RCP en las escuelas, así como materiales educativos adicionales, visite [www.heart.org/CPRinSchoolsToolkit](http://www.heart.org/CPRinSchoolsToolkit).

Los artículos de sustitución son los siguientes:

106-10400	Maniquí Mini Anne® Plus (uno)
106-10050	Conjunto de vía aérea para Mini Anne® Plus (paquete de 50)
106-10800	Placa del pecho de Mini Anne® Plus
106-10401	DVD de RCP en las escuelas
106-10250	Bolsas de malla para recolección (x 2)
106-10550	Alfombrilla para arrodillarse (paquete de 10)
106-13101	Bolsa de transporte de la AHA con ruedas para Mini Anne® Plus
106-10101	Bomba
106-12000	Cara de Mini Anne® Plus (paquete de 5)
152400	Toallitas para el maniquí Resusci® (paquete de 50)
152401	Toallitas para el maniquí Resusci® (paquete de 1200)
106-13350	Simulador de DEA (paquete de 10)

## Uso de los planes de lecciones

Utilizará los planes de lecciones para preparar y enseñar el curso más fácilmente mientras los estudiantes siguen la lección con el video.

Cuándo	Cómo se usa
Antes del curso	<p>Revisar los planes de lecciones para comprender:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Las responsabilidades previas al curso</li><li>Los objetivos de cada módulo de RCP en las escuelas</li><li>El papel que usted tiene en el curso</li><li>Los recursos necesarios para el curso</li></ul>
Durante el curso	<ul style="list-style-type: none"><li>Siga los planes de lecciones a lo largo del curso para saber cuál es el siguiente paso.</li><li>Ayude a los estudiantes a alcanzar los objetivos identificados en cada lección.</li></ul>

Los planes de lecciones de esta guía son:

- Plan de lección previo al curso
- Plan de lección de la actividad Es por la vida (opcional)
- Plan de lección de RCP en las escuelas
  - Incluye instrucciones para todos los módulos de adultos y niños

## Explicación de los iconos

Los iconos de los planes de lecciones le recuerdan que ha de realizar determinadas acciones durante el curso. Los planes incluyen los siguientes iconos:

Icono	Acción
	Debate
	Reproducir el video
	Poner el video en pausa
	Practicar mientras mira
	Repetir el segmento

## Practicar mientras mira

El método “practicar mientras mira” se utiliza para enseñar habilidades. Este método es efectivo para desarrollar dominio de las destrezas.

El método “practicar mientras mira” ayuda en la experiencia de aprendizaje, ya que organiza el contenido en el siguiente formato:

- Decir a los estudiantes lo que van a aprender
- Mostrárselo
- Dejarles practicar
- Ofrecer orientación
- Resumir lo que han aprendido

Los facilitadores deben usar el video para demostrar la correcta ejecución de las habilidades. Deje que los estudiantes practiquen mientras siguen el video. Observe cómo realizan la práctica y ofrezca retroalimentación positiva y correctiva. Por último, deje que los estudiantes practiquen sin el video, si es necesario.

## Plan de lección previo al curso

### Consejos para el facilitador

Prepárese bien para sus funciones como facilitador de RCP en las escuelas. Repase esta guía, incluidos los apartados Preparación e Impartición del curso. El tiempo que dedique a su preparación es importante para asegurar el éxito de los estudiantes y hará que el curso discurra sin contratiempos.

---

### Dos semanas antes del comienzo del curso

- Vea el video de RCP en las escuelas.
  - Lea toda la guía del facilitador.
- 

### Una semana antes del comienzo del curso

- Confirme las reservas del aula o el espacio.
  - Si es posible, pida a los estudiantes que utilicen ropa cómoda.
- 

### 1 día antes del comienzo del curso

- Revise los planes de lecciones.
- Haga copias de las pruebas anteriores y posteriores al curso para todos los estudiantes (opcional).
- Haga copias de la actividad Es por la vida en caso de que vaya a realizarla (1 por estudiante).
- Conozca la ubicación del DEA en su escuela.
- Compruebe que todos los sistemas tecnológicos y equipos funcionen correctamente. De esta forma, podrá solucionar cualquier problema antes de la clase.
- Asegúrese de que dispone de pilas adicionales para el mando a distancia del video.

## Día del curso

Acuda a la clase temprano para preparar el aula y poner a punto los maniqués. La preparación del aula es fundamental para el éxito de la clase. Algunos consejos para preparar un aula:

- Usted debe colocarse en la parte delantera del aula, con espacio suficiente para desplazarse.
- Retire las mesas y péguelas a la pared para que los estudiantes se puedan sentar cómodamente en el suelo y con suficiente separación entre ellos.
- Todos los estudiantes deben poder ver y oír el video. Coloque los maniqués de forma que, aunque los estudiantes se encuentren de rodillas, puedan ver el video.
- Infle los maniqués utilizando la bomba de mano o la bolsa.
  - Introduzca la válvula de una vía en el tubo del maniquí. Asegúrese de que la válvula del maniquí está montada.
  - Si va a inflar el maniquí con la bomba de mano, introduzca la boquilla de la bomba en la válvula de una vía e infle. Si va a utilizar la bomba de bolsa, introduzca la válvula del maniquí en la boquilla de la bomba e infle de acuerdo con las instrucciones de esta.
  - **No infle los maniqués a pulmón ni mediante un compresor.**
- Cuando utilice los maniqués en el suelo, coloque una alfombrilla al lado de cada uno.
- Lo ideal sería que todos los maniqués estuvieran orientados hacia el mismo sitio, con las cabezas alineadas con la cabeza del maniquí del video (de esta forma, los participantes pueden reproducir exactamente lo que ven en el video).
- Coloque sillas y mesas para los estudiantes que tengan dificultades para practicar la RCP arrodillados.

### Siguiente

Plan de lección de la actividad Es por la vida

**Plan de lección de la actividad Es por la vida®**

8 minutos

**Consejos para el facilitador**

- Antes de enseñar esta lección, realice la actividad Es por la vida de la guía del facilitador. Prepare su lema “Es por \_\_\_\_\_” para compartirlo con los estudiantes.
- Haga copias adicionales de la actividad Es por la vida de la guía del facilitador para que las utilicen los estudiantes.

**Poner el video en pausa**

- Ponga el video en pausa después de reproducir la sección Es por la vida para llevar a cabo esta actividad con los estudiantes.

**Debate**

- Para hacer que los estudiantes participen, después de ver el video de Es por la vida, dedique 2 o 3 minutos a compartir su motivación con la clase a partir de la actividad Es por la vida de la guía del facilitador.
- Después, anime a los estudiantes a participar en la siguiente actividad:
  - Entregue la página de la actividad “Es por \_\_\_\_\_” a cada estudiante. Diga a los estudiantes:
    - Solo tienen que rellenar el espacio en blanco con la palabra que describa su motivación.
    - Compartan su lema “Es por \_\_\_\_\_” con su familia y amigos y pídeles que descubran lo que les motiva.

**Notas del facilitador****Siguiente**

Plan de lección de RCP  
en las escuelas

## Plan de lección de RCP en las escuelas

### Consejos para el facilitador

- Hable con los estudiantes a medida que llegan a clase para ayudar a crear un ambiente distendido.
- Sea entusiasta. El entusiasmo se transmite.
- Mantenga la concentración. No se aleje del objetivo del curso. De esta forma, los estudiantes tienen la mejor oportunidad de aprender realmente la RCP. También es de buena educación iniciar y finalizar el curso a la hora prevista. Si no se aleja del objetivo del curso, respetará el tiempo de sus alumnos.
- Cuando los estudiantes practiquen durante las partes de “practicar mientras mira”, pida a todo el mundo que haga exactamente lo que se muestra en el video, todos a la vez.
- Los estudiantes pueden tener preguntas. Los facilitadores no tienen por qué conocer todas las respuestas. Si los estudiantes tienen preguntas, pídale que se pongan en contacto con la AHA.
- Ayúdeles a sobreponerse al miedo. Muchos estudiantes temen realizar la RCP de forma incorrecta, y pueden resistirse a realizar la RCP en la vida real. Realizar la RCP correctamente es muy importante para salvar vidas, pero una RCP imperfecta siempre será mejor que nada.



### Debate: Introducción

- Agradezca a los estudiantes el tiempo que han dedicado.
- Indíqueles que la práctica de la RCP se realiza con maniqués.
- Comunique a los estudiantes cuándo podrán hacer una pausa.
  - Si se imparte más de un módulo, sería conveniente hacer pausas breves entre cada uno de ellos.
- Realice la prueba anterior al curso (opcional) a los estudiantes.
- Consulte la siguiente tabla para recordar a los estudiantes lo que aprenderán a lo largo del curso, la duración de cada módulo y las habilidades que se practicarán en cada sección.

Módulo	Objetivos de aprendizaje	Practicar mientras mira
RCP usando solo las manos en adultos y DEA (obligatorio)  25 minutos	<ul style="list-style-type: none"><li>• Describir las importantes diferencias entre el ataque cardíaco y el paro cardíaco</li><li>• Describir los pasos necesarios para realizar la RCP usando solo las manos en un adulto</li><li>• Realizar la RCP usando solo las manos en un adulto</li><li>• Demostrar cómo utilizar un DEA en un adulto</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pasos previos a la RCP</li><li>• Compresiones</li><li>• Recapitulación</li><li>• Uso de un DEA</li></ul>
RCP con ventilaciones en adultos (opcional)  6 minutos	<ul style="list-style-type: none"><li>• Describir los pasos necesarios para realizar la RCP con ventilaciones en un adulto</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Recapitulación (práctica opcional)</li></ul>

(continuación)

(continuación)

Módulo	Objetivos de aprendizaje	Practicar mientras mira
Obstrucción en adultos (opcional) 5 minutos	<ul style="list-style-type: none"><li>• Debatir cuándo y cómo ayudar a un adulto con obstrucción</li><li>• Describir cómo ayudar a un adulto con obstrucción que no responde</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sin práctica de habilidades</li></ul>
RCP y DEA en niños (opcional) 7 minutos	<ul style="list-style-type: none"><li>• Describir los pasos necesarios para realizar la RCP en un niño</li><li>• Describir el modo de utilizar un DEA en un niño</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Recapitulación (práctica opcional)</li></ul>
Obstrucción en niños (opcional) 5 minutos	<ul style="list-style-type: none"><li>• Debatir cuándo y cómo ayudar a un niño con obstrucción</li><li>• Describir cómo ayudar a un niño con obstrucción que no responde</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sin práctica de habilidades</li></ul>

Seguirá los pasos que se indican a continuación para cada módulo del curso de RCP en las escuelas que está impartiendo.



## Reproducir video

- El módulo RCP usando solo las manos y DEA en adultos incluye instrucciones y práctica de habilidades obligatoria.
- Los módulos RCP con ventilaciones en adultos y RCP y DEA en niños incluyen instrucciones y práctica de habilidades opcional.
- Para los módulos sobre obstrucción, el video únicamente ofrecerá instrucciones sobre cómo realizar las habilidades. No se incluyen prácticas.



## Pausas del video

- En los módulos que incluyen prácticas, el video se pondrá en pausa con cada habilidad que se practique después de ofrecer las instrucciones.
- Durante cada pausa, indique a los estudiantes que se coloquen al lado de los maniqués de acuerdo con las instrucciones del video.
- Comunique a los estudiantes que ahora practicarán con el video la habilidad que acaban de aprender y que deben hacer exactamente lo que aparece en el video al mismo tiempo que discurre la demostración.
  - De forma opcional, puede permitir a los estudiantes que vean el segmento de práctica para revisar los pasos antes de practicar.
- Antes de “practicar mientras mira”, pida a cada estudiante que limpie la superficie de la cara y el hueco de la boca del maniqué con una toallita para maniqués proporcionada antes de empezar (no utilice toallitas antibacterianas, toallitas para bebés ni toallas o pañuelos de papel).



## Practicar mientras mira: Práctica de habilidades

- Los estudiantes seguirán el video para realizar los pasos correspondientes a cada habilidad.
  - Si alguno de los asistentes tiene problemas para agacharse o ponerse de rodillas, haga lo posible por facilitar la práctica (p. ej., coloque el maniquí encima de una mesa).
  - Si un estudiante no puede comprimir con la profundidad suficiente, pídale que se incline más sobre el maniquí con los brazos rectos, si es necesario.
  - Si realiza los segmentos de práctica de recapitulación de los módulos RCP con ventilaciones en adultos y RCP y DEA en niños, consulte la sección Mantenimiento de los maniqués de esta guía.



## Repetir el segmento

- Cada estudiante deberá completar los segmentos de práctica de compresiones y de recapitulación dos veces en el módulo RCP usando solo las manos y DEA en adultos obligatorio.
- En todos los módulos que incluyan práctica, seleccione Repetir hasta que todos los estudiantes hayan tenido oportunidad de practicar y dominar cada habilidad.
- Si un estudiante desea o necesita realizar una práctica adicional con el maniquí, deje que practique después de la clase.



## Reproducir video

- Reproduzca el video para proseguir con el módulo o para pasar al módulo siguiente que esté impartiendo.



## Debate: Conclusión

Al término de la clase, analice los siguientes aspectos con los estudiantes:

- Realice la prueba posterior al curso (opcional) a los estudiantes.
  - Asegúrese de revisar la prueba posterior con los estudiantes y haga hincapié en lo que han aprendido desde que realizaron la prueba anterior al curso.
- Anime a los participantes a practicar tanto como sea posible. Los estudiantes aprenden a realizar mejor la RCP cuanto más la practican. La práctica marca la diferencia entre aprender RCP y ser capaz de realizar la RCP en la vida real. Si un estudiante desea realizar una práctica adicional con el maniquí, deje que practique después de la clase.
- Anime a los estudiantes a actualizar sus habilidades con frecuencia y a compartirlas con sus seres queridos para que esa información llegue a más destinatarios.
- Agradezca a los estudiantes el tiempo empleado y felicítelos por completar el curso.
- Complete el registro del entrenamiento. Escanéelo o haga una fotografía y envíela a la herramienta de seguimiento para la difusión de la RCP en la comunidad de la AHA en [www.heart.org/communitycprtracker](http://www.heart.org/communitycprtracker).