



Proyecto/Guía docente de la asignatura

Se debe indicar de forma fiel cómo va a ser desarrollada la docencia. Esta guía debe ser elaborada teniendo en cuenta a todos los profesores de la asignatura. Conocidos los espacios y profesorado disponible. Los detalles de la asignatura serán informados por el Campus Virtual.

Se recuerda la importancia que tienen los comités de título en su labor de verificar la coherencia de las guías docentes de acuerdo con lo recogido en la memoria de verificación del título y/o en sus planes de mejora. Por ello, tanto la guía, como cualquier modificación que sufra en aspectos "regulados" (competencias, metodologías, criterios de evaluación y planificación, etc..) deberá estar **informada favorablemente por el comité de título ANTES** de ser colgada en la aplicación web de la UVa. Se ha añadido una fila en la primera tabla para indicar la fecha en la que el comité revisó la guía.

Asignatura	Primeros auxilios y patologías en actividad física y deporte		
Materia	Actividad física saludable y calidad de vida		
Módulo	Actividad física saludable y calidad de vida		
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte		
Plan	651	Código	47759
Periodo de impartición	Cuatrimestral	Tipo/Carácter	Obligatoria
Nivel/Ciclo		Curso	2023- 24
Créditos ECTS	6		
Lengua en que se imparte	Castellano		
Profesor/es responsable/s	Sin adjudicar		
Datos de contacto (E-mail, teléfono...)	Sin adjudicar		
Departamento	Enfermería		
Fecha de revisión por el Comité de Título	12 de julio de 2023		



1. Situación / Sentido de la Asignatura

1.1 Contextualización

La asignatura Primeros Auxilios en la Actividad Física y Deporte es una asignatura de carácter obligatorio que se imparte en el primer cuatrimestre del tercer curso del Grado con una carga de 6 ECTS, cuando el estudiante ya ha adquirido los conocimientos de otras asignaturas, en las que ha constatado como es el cuerpo humano, su funcionamiento y su estructura. Esta asignatura queda enmarcada en el módulo denominado Actividad Física Saludable y Calidad de Vida junto con la asignatura de Prescripción de Actividad Física y Salud.

La asignatura proporciona al alumnado las habilidades y conocimientos necesarios para actuar de manera rápida y efectiva en situaciones de emergencia. Permite el reconocimiento y la atención inmediata de lesiones, la estabilización de problemas sanitarios de diversa gravedad y la reducción de complicaciones o secuelas que puedan surgir antes de la llegada de ayuda sanitaria profesional.

1.2 Relación con otras materias

- Anatomía humana.
- Fisiología del ejercicio.
- Programas de prescripción de actividad física y salud.

1.3 Prerrequisitos

El plan de estudios del grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte no establece requisitos previos para cursar esta asignatura.



2. Competencias

2.1 Generales

CG1 - Examinar y gestionar información en el área de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, con conocimiento y comprensión de la literatura científica de este ámbito.
CG2 - Analizar y sintetizar datos e informaciones relevantes en el ámbito profesional de la Actividad Física y Deportiva.
CG3 - Saber organizar y planificar su trabajo como profesional de la Actividad Física y el Deporte.
CG4 - Utilizar adecuadamente las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) aplicadas a las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.
CG5 - Expresarse y comunicarse de forma oral y escrita correctamente en el desempeño de su trabajo en el área de la Actividad Física y Deportiva.
CG6 - Saber trabajar en equipo y el establecer de las relaciones interpersonales en su trabajo en el área de la Actividad Física y Deportiva.
CG7 - Razonar de forma crítica y autocrítica en el ejercicio de su labor como profesional de la Actividad Física y Deportiva.
CG8 - Dominar el aprendizaje autónomo, siendo capaz de realizar de forma autónoma tareas de investigación, análisis y síntesis, desarrollar temas y propuestas del ámbito de la actividad física y deporte, y tomar decisiones individuales en relación con la tarea encomendada.
CG9 - Reconocer la diversidad y la multiculturalidad y gestionarlas adecuadamente en su trabajo como profesional de la Actividad Física y Deportiva.
CG10 - Conocer, comprender y aplicar los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional, actuando de acuerdo con el contexto jurídico y organizativo de la profesión
CG11 - Desarrollar hábitos de rigor, excelencia y calidad en el ámbito de la Actividad Física y del Deporte.
CG12 - Saber adaptarse a las nuevas situaciones y trabajar de forma creativa en el área de la Actividad Física y Deportiva.
CG14 - Desarrollar su trabajo con iniciativa y liderazgo en el ámbito de la Actividad Física y Deportiva.



2.2 Específicas

CE1 - Conocer y comprender los factores anatómicos, fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.
CE2 - Conocer y comprender los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y funciones de los sistemas físico- biológicos del cuerpo humano, y cómo deben ser aplicados eficazmente, sabiendo adaptar la actividad física al desarrollo evolutivo de los practicantes de actividad física y deporte.
CE3 - Conocer y comprender los factores psicológicos, comportamentales, pedagógicos y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte y los efectos de ésta sobre los primeros, sabiendo cómo deben ser aplicados eficazmente.
CE4 - Realizar correctamente primeros auxilios y saber reaccionar adecuadamente ante accidentes y situaciones de riesgo vital durante la práctica de actividades físicas y deportivas
CE7 - Conocer, entender y saber adaptar la actividad física al desarrollo evolutivo y al nivel biofisiológico de los practicantes de actividad física y deporte.
CE8 - Conocer y aplicar los protocolos de medición e instrumentación más comunes en el ámbito de las Ciencias de la actividad física y del deporte.
CE10 - Conocer y aplicar las bases de la metodología de investigación, las técnicas estadísticas básicas y el método científico en el ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.
CE12 - Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y deportiva entre los distintos perfiles de población.
CE13 - Aplicar eficazmente los principios anatómicos, fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales en los distintos ámbitos profesionales de la actividad física y el deporte.
CE14 - Identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas, en diferentes tipos de poblaciones, programando contenidos para la prevención de lesiones y la readaptación deportiva.
CE16 - Planificar, desarrollar, prescribir y evaluar la realización de ejercicios físicos o programas de actividades físico-deportivas seguras y efectivas orientadas hacia la salud y la prevención, sabiendo seleccionar y aplicar los métodos, estrategias, técnicas y tecnologías adecuadas para mejorar procesos y programas en sus diferentes niveles.
CE18 - Desarrollar las capacidades físicas en las diferentes poblaciones.
CE19 - Evaluar la condición física y prescribir ejercicios físicos orientados hacia la salud de los diferentes tipos de población
CE20 - Valorar la importancia del deporte en el desarrollo integral, físico y emocional de las personas.



3. Objetivos

El estudiante una vez superada la materia:

1. Saber cuáles pueden ser las patologías más graves que se pueden dar al realizar deporte y la escala de edades de la persona donde son más frecuentes.
2. Demostrar los conocimientos necesarios para constatar las diversas situaciones de auxilio que se pueden dar durante el ejercicio físico.
3. Conocer las técnicas más relevantes de los primeros auxilios.
4. Comprometerse a actualizar conocimientos regularmente: La capacitación en primeros auxilios debe ser continua, ya que las técnicas y los protocolos pueden cambiar con el tiempo. Los participantes deben renovar sus conocimientos de manera periódica.

4. Contenidos y/o bloques temáticos

Esta asignatura se impartirá en tres grandes bloques:

Bloque 1.- Primeros auxilios en problemas de salud cardiacos, vasculares y respiratorios.

Bloque 2.- Primeros auxilios en problemas de salud musculoesqueléticos y neurológicos.

Bloque 3.- Primeros auxilios en otros problemas de salud.

Bloque 1: Primeros auxilios en problemas de salud cardiacos, vasculares y respiratorios

Carga de trabajo en créditos ECTS: 2,5

a. Contextualización y justificación

Adquirir conocimientos en primeros auxilios les permite responder rápidamente ante problemas cardiacos, respiratorios y vasculares, brindando la atención necesaria y promoviendo un entorno seguro durante la práctica de actividades físicas.

b. Objetivos de aprendizaje

Reconocer las situaciones de peligro que se puedan presentar en el ámbito de la actividad física y el deporte de los problemas de salud cardiacos, vasculares y respiratorios mediante una valoración secuenciada, y actuar de forma coherente a lo valorado conforme a las últimas recomendaciones.

Desarrollar habilidades para mantener la calma y actuar de manera segura ante situaciones emergentes.

Comprender la importancia de la evaluación y comunicación rápida. Los estudiantes deben aprender a realizar una evaluación rápida de la situación y comunicar de manera efectiva los hallazgos a los servicios de emergencia. Esto puede incluir proporcionar información precisa sobre la ubicación, la condición del paciente y las acciones de primeros auxilios realizadas.

Reconocer los signos y síntomas de una emergencia cardíaca. Los participantes deben estar capacitados para identificar los signos y síntomas de una emergencia cardíaca, como dolor en el pecho, dificultad para respirar, palpitaciones irregulares, desmayo repentino, entre otros.

Reconocer los signos y síntomas de una emergencia respiratoria. Los participantes deben estar capacitados para identificar los signos y síntomas de una emergencia respiratoria, como dificultad para respirar, respiración rápida o superficial, tos persistente, sibilancias o silbidos al respirar, cianosis, entre otros.



Realizar una RCP (reanimación cardiopulmonar) adecuada en el adulto y en la edad pediátrica. El alumnado debe aprender y practicar las técnicas de RCP, incluyendo las compresiones torácicas y las ventilaciones, con el objetivo de mantener el flujo de sangre oxigenada al cerebro y al corazón hasta que llegue la ayuda médica.

Utilizar un desfibrilador externo semiautomático (DESA). Los participantes deben ser instruidos en el uso adecuado de un DESA, un dispositivo que administra una descarga eléctrica para restablecer el ritmo cardíaco normal en caso de paro cardíaco repentino. Deben aprender a reconocer cuándo y cómo usar un DESA en una emergencia.

Conocer y aplicar técnicas de control de hemorragias. Los participantes deben aprender técnicas de control de hemorragias para detener o minimizar la pérdida de sangre, como la aplicación de presión directa sobre la herida.

Familiarizarse con los protocolos de emergencia específicos para patologías cardíacas, respiratorias y vasculares.

c. Contenidos

Capítulo 1 Generalidades de los primeros auxilios en la actividad física y el deporte.

Capítulo 2 Valoración física

Técnicas de valoración

Capítulo 3 Causas de los accidentes en la actividad física y deportiva

Capítulo 4 Principales patologías cardíacas y actuación

Actuación en RCP adulto

Actuación en RCP pediátrica

Capítulo 5 Patologías respiratorias más importantes

Actuación ante la obstrucción vía aérea

Capítulo 6 Patologías vasculares

Actuación ante heridas y hemorragias más importantes

Bloque 2: Primeros auxilios en problemas de salud musculoesqueléticos y neurológicos

Carga de trabajo en créditos ECTS: 3

a. Contextualización y justificación

Adquirir conocimientos en primeros auxilios les permite responder rápidamente ante lesiones musculoesqueléticas y problemas neurológicos y emergencias sanitarias, brindando la atención necesaria y promoviendo un entorno seguro para el aprendizaje y la práctica de actividades físicas.

b. Objetivos de aprendizaje

Reconocer las situaciones de peligro que se puedan presentar en el ámbito de la actividad física y el deporte de los problemas de salud musculoesqueléticos mediante una valoración secuenciada, y actuar de forma coherente a lo valorado conforme a las últimas recomendaciones.

Reconocer los signos y síntomas de lesiones musculoesqueléticas y neurológicas. Los alumnos deben estar capacitados para identificar los signos y síntomas de lesiones musculoesqueléticas, como esguinces, luxaciones, fracturas, desgarros musculares, así como los signos de lesiones neurológicas, como conmociones cerebrales, lesiones de la médula espinal, entre otros. Así como los signos de una lesión neurológica grave como pérdida



de conocimiento, dificultad para hablar, debilidad o entumecimiento en una parte del cuerpo, y actuar de manera adecuada.

Proporcionar apoyo inicial y estabilización de lesiones. El alumnado debe aprender técnicas básicas para inmovilización de fracturas, aplicación de vendajes y compresión para controlar el sangrado. También deben conocer los protocolos de manejo de lesiones neurológicas, como la protección de la columna vertebral en caso de sospecha de lesión en la médula espinal.

Aplicar técnicas de manejo del dolor. Los participantes deben aprender y practicar técnicas para el manejo del dolor en lesiones musculoesqueléticas y neurológicas, como la aplicación de frío o calor, elevación de extremidades.

Conocer las medidas de prevención y cuidado en lesiones musculoesqueléticas, como realizar ejercicios de calentamiento y estiramiento adecuados, usar el equipo de protección adecuado y seguir las técnicas de entrenamiento apropiadas para cada actividad física o deporte.

Familiarizarse con los protocolos de emergencia específicos para lesiones musculoesqueléticas y neurológicas.

c. Contenidos

Capítulo 7 Problemas musculoesqueléticos más importantes: traumáticas, degenerativas y de columna.

Actuación en las movilizaciones.

Actuación en las inmovilizaciones.

Actuación en inmovilizaciones y movilizaciones con medios de fortuna.

Vendajes básicos y otros.

Capítulo 8 Problemas neurológicos más importantes.

Actuación ante problemas neurológicos.

Bloque3 : Primeros auxilios en otros problemas de salud

Carga de trabajo en créditos ECTS: 0,5

a. Contextualización y justificación

Adquirir conocimientos en primeros auxilios les permite responder rápidamente ante lesiones y otros problemas de salud que puedan aparecer en la práctica de la actividad física, brindando la atención necesaria y promoviendo un entorno seguro, una respuesta rápida y evitando complicaciones.

b. Objetivos de aprendizaje

Reconocer las situaciones de peligro en otras patologías que se puedan dar y saber actuar debidamente, en el entorno de la actividad física y del deporte.

Reconocer los signos y síntomas de emergencias endocrinas: Los participantes deben estar capacitados para identificar los signos y síntomas de emergencias endocrinas, como hipoglucemia, hiperglucemia, crisis adrenal, entre otros problemas hormonales.

Administrar primeros auxilios en caso de emergencias endocrinas: Los participantes deben aprender técnicas para brindar apoyo y asistencia inicial en emergencias endocrinas, como administrar azúcar o glucagón en casos de hipoglucemia, facilitar la ingesta de líquidos y buscar ayuda médica de emergencia según sea necesario.



Conocer y aplicar medidas preventivas para patologías endocrinas. Los participantes deben estar familiarizados con las medidas preventivas relacionadas con patologías endocrinas, como mantener una dieta equilibrada y adecuada, realizar un control regular de los niveles de azúcar en sangre y llevar consigo identificación o pulseras de alerta médica en caso de condiciones crónicas.

Reconocer y responder a problemas del entorno natural. Los participantes deben aprender a identificar y responder a problemas del entorno natural, como ante picaduras, mordeduras, hipotermia, hipertermia, altura, golpes de calor, deshidratación y/o agotamiento por calor. Deben estar capacitados para tomar medidas de enfriamiento, proporcionar hidratación adecuada y buscar ayuda médica cuando sea necesario.

Conocer el uso adecuado del equipo de primeros auxilios: Los participantes deben estar familiarizados con el contenido y el uso adecuado de un kit de primeros auxilios. Deben saber cómo usar los diferentes elementos, como vendajes, apósticos, tijeras, manta térmica, entre otros.

c. Contenidos

Capítulo 9 Patologías endocrinas más importantes.

Capítulo 10 Otras patologías relacionadas con la actividad física y primeros auxilios.

Actuación ante picaduras, mordeduras, intoxicaciones.

Actuación ante eventos físicos del medio natural.

Capítulo 11 Botiquín de primeros auxilios en la actividad física y deporte.

d. Métodos docentes

e. Plan de trabajo

ACTIVIDAD FORMATIVA	HORAS	PRESENCIALIDAD
Clases teóricas	30	100
Clases prácticas	30	100
Actividades de trabajo autónomo individual (estudio de temas)	50	0
Actividades de aplicación práctica	10	0
Lectura, crítica, análisis e investigación	20	0

f. Evaluación

Está en el apartado 7.

g. Material docente

Es fundamental que las referencias suministradas este curso estén actualizadas y sean completas. Los profesores tienen acceso, a la **plataforma Leganto de la Biblioteca** para actualizar su bibliografía recomendada ("Listas de Lecturas"). Si ya lo han hecho, pueden poner tanto en la guía docente como en el Campus Virtual el enlace permanente a Leganto.

La Biblioteca se basa en la bibliografía recomendada en la Guía docente para adaptar su colección a las necesidades de docencia y aprendizaje de las titulaciones.



Si tienes que actualizar tu bibliografía, el enlace es el siguiente, <https://buc-uva.alma.exlibrisgroup.com/leganto/login?auth=SAML> (acceso mediante tus claves UVa). Este enlace te envía a la página de autenticación del directorio UVa, el cual te redirige a Leganto. Una vez allí, aparecerán, por defecto, las listas de lectura correspondientes a las distintas asignaturas que imparte ("instructor" en la terminología de Leganto / Alma). Desde aquí podrías añadir nuevos títulos a las listas existentes, crear secciones dentro de ellas o, por otra parte, crear nuevas listas de bibliografía recomendada.

Puedes consultar las listas de lectura existentes mediante el buscador situado en el menú de arriba a la izquierda, opción "búsqueda de listas".

En la parte superior derecha de cada lista de lectura se encuentra un botón con el signo de omisión "•••" (puntos suspensivos), a través del cual se despliega un menú que, entre otras opciones, permite "Crear un enlace compatible" que puede dirigir o bien a la lista de lectura concreta o bien al "Curso" (asignatura). Este enlace se puede indicar tanto en el apartado "g. Materiales docentes" (y subapartados) de la Guía Docente como en la sección de Bibliografía correspondiente a la asignatura en el Campus Virtual Uva.

Para resolver cualquier duda puedes consultar con la biblioteca de tu centro. [Guía de Ayuda al profesor](#)

g.1 Bibliografía básica

1. Arribas Cachá, A. et al. Valoración enfermera. Herramientas y técnicas sanitarias. Edit. Fuden,2015.
2. Perkins PD, Graesner JT, Semeraro F, Olasveengen T, Soar J, Lott C, et al. European Resuscitation Council Guidelines 2021: Executive summary, Resuscitation (2021)Traducción oficial al castellano del Consejo Español de RCP (CERCP).
3. Manual primeros auxilios. Editorial Pearson Alhambra, 2003.
4. Bernal Ruiz J.A. Prevención de lesiones y primeros auxilios en la educación física y el deporte [En Línea]. Sevilla: Wanceulen Editorial, 2005. Disponible en: <https://elibro-net.ponton.uva.es/es/lc/uva/titulos/33592>
5. Gil Morales P.Á. Primeros auxilios en animación deportiva [En Línea]. Sevilla: Wanceulen Editorial, 2016. Disponible en: <https://elibro.net/es/lc/uva/titulos/33630>
6. López Moreno A. Primeros auxilios en el deporte. Libertas ediciones, Valladolid, 2013 3ª edición.

g.2 Bibliografía complementaria

1. Cruz Roja Americana (2010). Primeros auxilios, RCP y DEA. Manual del participante. https://www.redcross.org/content/dam/redcross/atg/PHSS_UX_Content/FA-CPR-AED-Spanish-Manual.pdf
2. CORDES (2019). Manual de primeros auxilios versión popular Edición 2019. <https://asb-latam.org/wp-content/uploads/2020/02/Manual-Primeros-auxilios.pdf>
3. Estrada et al. (2017). Manual básico de primeros auxilios. https://www.cucs.udg.mx/sites/default/files/adjuntos/manual_primeros_auxilios_2017.pdf
4. Cruz Roja Mexicali (2015). Primeros auxilios. http://cruzrojamexicali.org.mx/?page_id=539
5. Emergencia Anónima (2010). Primeros Auxilios. Guía básica para actuar ante una emergencia. Apolo 3: Buenos Aires.
6. Vértice (2012). RCP básico y Primeros Auxilios. Vértice: España. https://books.google.com.sv/books/about/RCP_b%C3%A1sica_y_primeros_auxilios.html?id=sNxouAAACAAJ&redir_esc=y
13. Diccionario médico. Clínica Universidad de Navarra (2013). Diccionario médico. <http://www.cun.es/diccionario-medico>
8. medico
9. Delgado M, Tercedor P (2002). Estrategias de intervención en Educación para la salud desde la Educación Física. INDE: Barcelona.
10. Devís J (Coord.) (2000). Actividad física, deporte y salud. INDE: Barcelona.
11. Latorre PA, Herrador J (2003). Prescripción del ejercicio físico para la salud en la edad escolar. Aspectos metodológicos, preventivos e higiénicos. Paidotribo: Barcelona.

12. Tercedor P, Jiménez MJ, Moya Y (2000). Los espacios y materiales físico-deportivos. Conoce sus posibilidades. En: Salinas F (Coord.). La actividad física y su práctica orientada hacia la salud. Grupo editorial universitario: Universidad de Granada

g.3 Otros recursos telemáticos (píldoras de conocimiento, blogs, videos, revistas digitales, cursos masivos (MOOC), ...)

h. Recursos necesarios

i. Temporalización

CARGA ECTS	PERIODO PREVISTO DE DESARROLLO
“Primeros auxilios en patologías cardíacas, vasculares y respiratorias” 2,5 ECTS	6 SEMANAS
“Primeros auxilios en patologías musculoesqueléticas y neurológicas” 3 ECTS	7 SEMANAS
“Primeros auxilios en otras patologías” 0,5 ECTS	2 SEMANAS

5. Métodos docentes y principios metodológicos

- Sesiones teóricas magistrales.
- Sesiones teórico-prácticas.
- Sesiones prácticas.
- Lectura crítica, análisis e investigación.

6. Tabla de dedicación del estudiante a la asignatura

ACTIVIDAD FORMATIVA	HORAS	PRESENCIALIDAD
Clases teóricas	30	100
Clases prácticas	30	100
Actividades de trabajo autónomo individual (estudio de temas)	50	0
Actividades de aplicación práctica	10	0
Lectura, crítica, análisis e investigación	20	0



7. Sistema y características de la evaluación

INSTRUMENTO/PROCEDIMIENTO	PESO EN LA NOTA FINAL	OBSERVACIONES
Asistencia, participación y compromiso activo en las sesiones prácticas (obligatorio: 90 %)	10%	Si la asistencia a las sesiones prácticas es menor al 90% la asignatura quedará suspensa.
Trabajo teórico individual final.	20%	Entrega de trabajo teórico individual con un mínimo de 1,4.
Examen práctico de un posible caso de primeros auxilios	30%	Se realizará después de todos los módulos con un mínimo de 1,7.
Examen	40%	Realización del examen en las fechas oficiales marcadas por la UVA. Un mínimo de 2,6 para superar la asignatura.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

- **Convocatoria ordinaria:**
 - Para superar la asignatura se necesita que se sigan los criterios anteriormente descritos y no se guarda ninguna nota a excepción de la del apartado segundo de evaluación.
 - Será obligatoria una asistencia mínima del 90 % para aprobar la asignatura. Si el estudiante tiene una causa justificada será a criterio del profesor, pero nunca será inferior al 60% de la asistencia.
- **Convocatoria extraordinaria:**
 - Si el estudiante deberá tener las mismas normas de la primera.
 - El apartado de la asistencia si se guarda para este apartado.
 - Si el estudiante no aprobase la asignatura no se guarda ningún apartado para el siguiente curso.

8. Consideraciones finales

Esta guía podrá sufrir modificaciones que el profesor responsable de la asignatura y/o la Universidad de Valladolid consideren oportunas por razones de diversa índole, tales como recursos disponibles, estado de salud de la comunidad universitaria, etc.

Se aconseja a los estudiantes que estén pendientes de posibles avisos y/o notificaciones en el campus virtual y el correo.