

## 26344 - Seguridad, prevención y primeros auxilios en la práctica físico-deportiva

### Información del Plan Docente

**Año académico:** 2023/24

**Asignatura:** 26344 - Seguridad, prevención y primeros auxilios en la práctica físico-deportiva

**Centro académico:** 229 - Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte

**Titulación:** 295 - Graduado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

**Créditos:** 6.0

**Curso:**

**Periodo de impartición:** Primer semestre

**Clase de asignatura:** Optativa

**Materia:**

### 1. Información básica de la asignatura

Los principales objetivos de la asignatura son dos, el primero, saber aplicar una medida de prevención antes de que aparezca la lesión, por medio de la comprensión de las normas de seguridad de las instalaciones deportivas, y conociendo el mecanismo de producción de las lesiones. Y el segundo, una vez que aparece la lesión, aplicar unos correctos primeros auxilios que faciliten su resolución y eviten secuelas.

Estos planteamientos y objetivos están alineados con los siguientes Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de la Agenda 2030 de Naciones Unidas (<https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/>), de tal manera que la adquisición de los resultados de aprendizaje de la asignatura proporciona capacitación y competencia para contribuir en cierta medida a su logro:

*Objetivo 3: Salud y bienestar*

*Objetivo 4: Educación de calidad*

*Objetivo 5: Igualdad de género*

*Objetivo 17: Alianzas para lograr los objetivos*

### 2. Resultados de aprendizaje

El estudiante, para superar esta asignatura, deberá demostrar los siguientes resultados:

- Reconocer las condiciones de seguridad que reúne una instalación deportiva y los espacios auxiliares, independientemente de que sea interior o exterior. Saber aplicar las modificaciones necesarias cuando estas instalaciones no cumplan las normas de seguridad.
- Identificar una situación con riesgo urgente para la persona que realiza una actividad física y saber aplicar en cada momento los primeros auxilios hasta la llegada de los servicios de emergencia.
- Definir lesión deportiva. Clasificar y describir los factores intrínsecos y extrínsecos en la producción de lesiones.
- Establecer las pautas de prevención general en la práctica de la actividad física y específica de determinados deportes por el riesgo de lesiones concretas de ellos. Conocer los distintos tipos de protección deportiva.

### 3. Programa de la asignatura

#### **BLOQUE I SEGURIDAD:**

- Orientación, protección y salubridad del espacio deportivo.
- Tipos de pavimento deportivo y condiciones que debe reunir.
- Espacios de seguridad: altura de techos y bandas exteriores, acabado interior, iluminación y ventilación,

equipamientos y aparatos.

- Espacios auxiliares: entrada y accesos, vestuarios y servicio de enfermería. Higiene y mantenimiento.

## **BLOQUE II PREVENCIÓN:**

- Lesión deportiva. Factores intrínsecos y extrínsecos en la producción de lesiones. Objetivo y criterios de la protección deportiva.

- Lesiones debidas a traumatismos. Síndromes por abuso. Prevalencia de la lesión deportiva.

- Lesiones específicas de extremidades superiores e inferiores. Lesiones de columna vertebral. Prevención primaria de la lesión deportiva.

## **BLOQUE III PRIMEROS AUXILIOS:**

- Actuación general ante una situación de emergencia.

- Origen y manejo de la parada cardio-respiratoria. Urgencias del sistema cardiovascular.

- Actuación general ante una persona con pérdida de consciencia no presenciada. El deportista diabético.

- Urgencias neurológicas: Traumatismos, cuadros convulsivos y accidentes cerebro-vasculares.

- Heridas. Contusiones. Ampollas. Métodos de desinfección y esterilización. Enfermedades transmisibles en el deporte.

-Tipos de traumatismos de las extremidades y actuación de primeros auxilios.

- Primeros auxilios torácicos y abdominales.

- Trastornos provocados por exceso de calor y por el frío. Ahogamiento o asfixia por inmersión. Quemaduras.

- Concepto y causas de anafilaxia. Reacciones anafilácticas leves y graves.

- Salvamento acuático (**se realizarán dos practicas en piscina**)

## **4. Actividades académicas**

- **Clases magistrales:** sesiones con el profesor en las que se explicará el temario de la asignatura: 30 horas
- **Problemas y casos:** sesiones de resolución de casos prácticos planteados por el profesor, sesiones prácticas, laboratorio: 54 horas
- **Estudio:** 87 horas
- **Pruebas de evaluación:** 6 horas

## **5. Sistema de evaluación**

### **EVALUACIÓN CONTINUA:**

**Prueba global teórica tipo test (40%):** se realizará una prueba global en la convocatoria oficial, presencial, que consistirá en un examen teórico de tipo test, el cual representa el 50% de la nota final.

**Realización de actividades y simulacros en prácticas (15%):** Durante las prácticas de la asignatura se propondrán diferentes actividades y simulacros relacionados con cada uno de los tres bloques de la asignatura (seguridad, prevención y primeros auxilios) que serán evaluados por el profesorado de la asignatura. Estas actividades supondrán un 30% de la nota final de la asignatura.

**Prueba global práctica (20%):** Se realizará un examen práctico en la convocatoria oficial, presencial, en el que se deberá demostrar que se han adquirido los conocimientos prácticos necesarios para superar la asignatura.

**Trabajo grupal sobre seguridad, prevención y tratamiento de lesiones en un deporte concreto (25%):** Se realizará un trabajo de alguno de los temas desarrollados durante el curso con una estructura predefinida. El alumno dispondrá de una rúbrica para la calificación del trabajo que estará en la moodle de la asignatura. El trabajo será expuesto oralmente en las últimas clases teórica de la asignatura.

Para acceder a esta modalidad de evaluación, se deberán cumplir con los siguientes requisitos indispensables:

- 1) Asistencia obligatoria a las clases prácticas: se podrá faltar a un máximo de 2 prácticas y en ningún caso podrán coincidir con las prácticas en las que se realicen simulacros.
- 2) Obtener una nota superior a 5 tanto en la prueba de evaluación escrita, como en las actividades y simulacros prácticos como en el trabajo grupal.

#### **EVALUACIÓN GLOBAL:**

**Prueba global teórica tipo test (60%):** se realizará una prueba global en la convocatoria oficial, presencial, que consistirá en un examen teórico de tipo test, el cual representa el 60% de la nota final.

**Prueba global práctica (20%):** Se realizará un examen práctico en la convocatoria oficial, presencial, en el que se deberá demostrar que se han adquirido los conocimientos prácticos necesarios para superar la asignatura.

**Trabajo individual sobre seguridad, prevención y tratamiento de lesiones en un deporte concreto (20%):** Se realizará un trabajo de alguno de los temas desarrollados durante el curso con una estructura predefinida. El alumno dispondrá de una rúbrica para la calificación del trabajo que estará en la moddle de la asignatura.

La calificación numérica se expresará en el siguiente rango: De 0 a 4,9: Suspenso (S); de 5,0 a 6,9: Aprobado (A); de 7,0 a 8,9: Notable (N); de 9,0 a 10: Sobresaliente (SB). La mención Matrícula de honor podrá ser otorgada a alumnos que hayan obtenido una calificación igual o superior a 9,0.