



Los alumnos de 5º y 6º de Educación Primaria desde la asignatura de Educación Física, hemos recibido una formación

teórica-práctica en **PRIMEROS AUXILIOS**.

La Mutua-Fraternidad de Guadalajara con el Servicio de Médicos y enfermeros, nos han explicado cuál es la labor que desarrollan las mutuas y además, hemos aprendido experiencias prácticas para poder salvar una vida a una persona.



La jornada se iniciaba con nerviosismo y expectación. Al iniciar la sesión, nos han enseñado los conocimientos necesarios para actuar adecuadamente ante incidentes puntuales que se pueden producir en la vida diaria de las personas, ya sea en el colegio, en la calle o en el propio domicilio como, por ejemplo: atragantamiento u obstrucción de la vía aérea, quemaduras, hemorragias, heridas,

traumatismos, lipotimia (síncope y shock), insolación y golpe de calor, entre otros.

Además, hemos tenido la oportunidad de participar en una demostración de distintas técnicas de Primeros Auxilios, recordando cómo prevenir los accidentes y puesta en práctica de cómo dar una alerta al 1-1-2.

La Doctora “Dolores” que ha sido muy agradable y cercana; nos insiste que es tan importante saber qué hacer, como saber qué no hacer para no empeorar la situación. Lo más importante es no dejarse llevar por los nervios y la desesperación en el momento de la lesión, evitando acciones que puedan colocar en peligro tanto a la víctima como a la persona que socorre. «Debemos intentar siempre mantener la calma para poder tomar decisiones en



este tipo de situaciones.»



Después, han empezado los nervios y la curiosidad; porque hemos empezado a aprender de manera experiencial las técnicas básicas de primeros auxilios, así como conocer cómo se realiza un masaje cardiaco (RCP), la posición lateral de seguridad y la terminología PAS (proteger, alertar y socorrer).

También, hemos realizado un juego-taller denominado “vamos a jugar”: en el escenario, lanzábamos un dado enorme, con diferentes dibujos como: un corazón, una hueso, un cerebro... dependiendo del dibujo que saliera teníamos que elegir un sobre, en el que



un “caso teórico” de un accidente, y deberíamos contar a los alumnos y profesores qué haríamos y cómo actuaríamos ante lo ocurrido para solucionar la situación y realizar los primeros auxilios inmediatos.



Sin duda, ha sido una experiencia única y no debemos olvidar que..

¡¡el conocimiento de los primeros auxilios básicos, puede salvar una vida!!!

