

¡Salva una Vida! Primeros Auxilios Laborales en Construcción

Persona y sociedad | Colaboración | Diseño Universal para el Aprendizaje

Descripción

Este plan de clase está diseñado para que estudiantes de media (15-17 años) aprendan los conocimientos y habilidades esenciales para actuar eficazmente ante accidentes en el ámbito laboral de la construcción. A través de actividades prácticas y participativas, los estudiantes identificarán los protocolos básicos de emergencia, reconocerán signos de accidentes comunes y aplicarán técnicas de primeros auxilios como la RCP y control de hemorragias. Además, conocerán las responsabilidades legales relacionadas con el deber de socorro y la seguridad en el trabajo según la normativa boliviana vigente.

Este aprendizaje es vital porque prepara a los jóvenes para responder con seguridad y eficiencia frente a emergencias reales, promoviendo la colaboración y el cuidado mutuo en ambientes laborales y sociales. Además, se fomenta la conciencia sobre la prevención de riesgos y la importancia del trabajo en equipo para proteger la vida. La metodología empleada, basada en el Diseño Universal para el Aprendizaje, garantiza que todos los estudiantes puedan acceder y participar activamente, atendiendo la diversidad del aula.

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar los principios fundamentales del protocolo PAS y la cadena de supervivencia en accidentes de construcción.
- Reconocer los signos y síntomas de emergencias comunes en obras y describir el protocolo ABC para evaluación primaria.
- Explicar las responsabilidades legales del deber de socorro y del empleador según la normativa boliviana.
- Realizar evaluación de la escena de emergencia identificando peligros antes de actuar.
- Ejecutar la secuencia correcta de RCP para adultos y aplicar técnicas de control de hemorragias.

Recursos Necesarios

- Proyector multimedia y computadora con conexión a internet.
- Video explicativo sobre protocolo PAS y RCP (duración ~5 minutos).
- Carteles ilustrativos del protocolo PAS, cadena de supervivencia y protocolo ABC (1 set para el aula).
- Maniquí de RCP adulto (1 para cada grupo de 4 estudiantes).
- Kit básico de primeros auxilios: vendas, gasa, guantes desechables, apósitos.
- Tarjetas con casos simulados de accidentes laborales (mínimo 8 tarjetas, una por tipo de emergencia).

- Hojas de trabajo impresas con esquema para evaluación de escena y protocolo ABC.
- Marcadores y papelógrafos para trabajo en equipo.
- Dispositivo DEA didáctico o simulador (si está disponible).
- Reloj o cronómetro para tiempos de compresiones.

Requisitos Previos

- Conocimientos básicos de salud y seguridad en el hogar o escuela.
- Habilidades para trabajo colaborativo y comunicación efectiva.
- Experiencia previa mínima con conceptos de emergencia y urgencia (puede ser en otras asignaturas o charlas).
- Actitud responsable y disposición para participar en actividades prácticas.

Actividades

Sesión 1: Fundamentos y Evaluación de Emergencias en Construcción

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Presentar los principios del protocolo PAS y la cadena de supervivencia, y sensibilizar sobre la importancia de la evaluación de la escena antes de actuar.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** "¿Alguno de ustedes ha visto o escuchado sobre un accidente en construcción? ¿Qué creen que debemos hacer primero si alguien se accidenta?"
- **Estudiantes:** Responden en plenaria o de forma breve para activar sus ideas previas.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Presenta un dato real: "Cada año en Bolivia, los accidentes en construcción causan cientos de lesiones graves. Saber qué hacer puede salvar vidas y evitar que situaciones empeoren".
- **Estudiantes:** Escuchan atentamente y reflexionan.

Contextualización:

- **Docente:** "Aunque muchos no trabajen hoy en construcción, es común que familiares o amigos sí, y todos podemos ser testigos o ayudantes en una emergencia. Por eso, aprender estos protocolos es útil y necesario para su vida y comunidad".

- **Estudiantes:** Relacionan el tema con su entorno personal y social.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido:

Se introduce el protocolo PAS (Proteger, Avisar, Socorrer) y la cadena de supervivencia con apoyo audiovisual (video y carteles). Luego, se presentan los signos y síntomas de emergencias comunes y el protocolo ABC para evaluación primaria.

Actividad 1: "Construyendo el Protocolo PAS y Cadena de Supervivencia"

- **Objetivo:** Identificar y comprender el protocolo PAS y la cadena de supervivencia.
- **Instrucciones:**
 - Dividir la clase en grupos de 4 estudiantes.
 - Entregar a cada grupo un cartel con partes del protocolo PAS y cadena de supervivencia desordenadas.
 - Los grupos deben ordenar correctamente el cartel y explicar en voz alta cada paso.
- **Organización:** Grupos de 4.
- **Producto:** Cartel ordenado y explicación grupal.
- **Tiempo:** 15 minutos.
- **Rol del docente:** Circular entre grupos, hacer preguntas guía ("¿Por qué creen que Proteger es primero? ¿Qué pasaría si no avisamos?"), aclarar dudas y motivar la participación.

Actividad 2: "Identificando Emergencias Laborales"

- **Objetivo:** Reconocer signos y síntomas de emergencias comunes en construcción.
- **Instrucciones:**
 - Mostrar imágenes y breves descripciones de accidentes (caídas, quemaduras, electrocución, etc.).
 - Repartir tarjetas con situaciones simuladas.
 - Cada grupo debe identificar los signos, síntomas y el tipo de emergencia, y luego compartir con la clase.
- **Organización:** Grupos de 4.
- **Producto:** Lista de emergencias y características identificadas.
- **Tiempo:** 15 minutos.
- **Rol del docente:** Facilitar la discusión, validar respuestas y complementar información.

Actividad 3: "Protocolo ABC en Acción"

- **Objetivo:** Describir y practicar la evaluación primaria con protocolo ABC.
- **Instrucciones:**

- Explicar con carteles el protocolo ABC (A: vía aérea, B: respiración, C: circulación).
- Presentar un video corto demostrativo.
- Por parejas, uno simula ser la víctima y otro realiza la evaluación primaria guiada con una hoja de trabajo.
- **Organización:** Parejas.
- **Producto:** Hoja de trabajo con evaluación ABC completada.
- **Tiempo:** 15 minutos.
- **Rol del docente:** Supervisar, corregir técnica y hacer preguntas para reforzar comprensión ("¿Cómo sabes que la vía aérea está despejada?").

Diferenciación:

- Para estudiantes que terminan antes: Se les asigna crear un mini-póster digital o en papel con consejos para proteger la escena de emergencia.
- Para estudiantes que necesitan más apoyo: Se les brinda apoyo individual o en parejas para completar la hoja de trabajo con preguntas guía adicionales y uso de imágenes claras.

Transición:

El docente concluye con una síntesis breve: "Hoy aprendimos cómo identificar emergencias y evaluar rápidamente la escena y la víctima para actuar con seguridad. En la próxima sesión, pondremos en práctica cómo realizar RCP y controlar hemorragias para salvar vidas".

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

Síntesis:

- **Docente:** Solicita a cada grupo compartir en una frase qué aprendieron sobre el protocolo PAS y protocolo ABC.
- **Estudiantes:** Responden en voz alta o escriben en post-its para pegar en un mural.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Por qué es importante proteger la escena antes de socorrer?
- ¿Cómo sabes qué emergencia estás atendiendo?
- ¿Qué harías si ves a alguien inconsciente en una construcción?

Retroalimentación:

El docente comenta individualmente o grupalmente sobre la participación y comprensión, destacando fortalezas y ofreciendo mejoras de forma positiva.

Transferencia:

Se anticipa la próxima sesión con motivación: "Mañana aprenderemos a hacer RCP y controlar hemorragias, habilidades que pueden salvar la vida de cualquier persona".

Tarea o reto:

Investigar con su familia o en internet un caso real de accidente laboral en construcción y traer un resumen para compartir.

Sesión 2: Prácticas de Reanimación y Control de Hemorragias

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Revisar el aprendizaje anterior y preparar a los estudiantes para practicar RCP y técnicas de control de hemorragias.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** "Recuerden, ¿qué pasos debemos seguir antes de ayudar a una víctima? ¿Qué es el protocolo PAS?"
- **Estudiantes:** Responden y resumen brevemente.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Presenta un breve video o testimonio de un rescate exitoso gracias a RCP rápida y control de hemorragias.
- **Estudiantes:** Observan y comentan impresiones.

Contextualización:

- **Docente:** "Estas habilidades pueden convertir a cualquiera en un héroe cotidiano, incluso sin ser profesional de salud. Hoy lo practicarán para estar listos."
- **Estudiantes:** Se motivan para la práctica.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido:

Explicación paso a paso y demostración práctica de la secuencia de RCP para adultos, uso básico del DEA (si hay), y técnicas de control de hemorragias con vendajes.

Actividad 1: "Simulación de RCP con Maniqués"

- **Objetivo:** Ejecutar la secuencia correcta de RCP para adultos.
- **Instrucciones:**
 - Dividir en grupos de 4 estudiantes, asignando roles (rescatista, víctima, observador, cronómetro).
 - Guiar al grupo para practicar compresiones torácicas con maniquí.
 - El docente explica y supervisa la técnica, corrigiendo postura, ritmo y profundidad.
 - Si hay dispositivo DEA didáctico, demostrar su uso básico con explicación.
- **Organización:** Grupos de 4.
- **Producto:** Demostración práctica y evaluación entre pares.
- **Tiempo:** 25 minutos.
- **Rol del docente:** Observar técnica, dar retroalimentación inmediata y resolver dudas.

Actividad 2: "Control de Hemorragias en Simulaciones"

- **Objetivo:** Aplicar técnicas básicas para control de hemorragias.
- **Instrucciones:**
 - Demostrar cómo realizar vendajes compresivos usando el kit de primeros auxilios.
 - En grupos, practicar el vendaje y control de sangrado en muñecos o entre compañeros (simulado).
 - Simular escenarios con tarjetas de casos para identificar el tipo de hemorragia y aplicar la técnica correcta.
- **Organización:** Grupos de 4.
- **Producto:** Demostración práctica y hoja de registro con tipo de hemorragia y técnica aplicada.
- **Tiempo:** 15 minutos.
- **Rol del docente:** Supervisar, corregir procedimiento y motivar la seguridad en la práctica.

Diferenciación:

- Para estudiantes que terminan antes: Elaborar un breve video o infografía digital sobre el paso a paso de la RCP.
- Para estudiantes que necesitan más apoyo: Recibir ayuda personalizada en técnicas, con guía visual y práctica dirigida.

Transición:

El docente invita a la reflexión: "Ahora que saben cómo actuar en emergencias, veamos qué responsabilidades legales tienen ustedes y los empleadores para proteger la vida en el trabajo".

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

Síntesis:

- **Docente:** Realiza un resumen oral y escribe en el pizarrón los puntos clave de RCP, control de hemorragias y aspectos legales.
- **Estudiantes:** Contribuyen con aportes y preguntas finales.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Qué pasos seguirías primero ante un accidente grave en construcción?
- ¿Cómo aplicarías la RCP y cuándo es indispensable usar el DEA?
- ¿Por qué es importante conocer las responsabilidades legales en emergencias laborales?

Retroalimentación:

El docente da retroalimentación grupal destacando el progreso, la participación y el dominio de habilidades prácticas.

Transferencia:

Se invita a los estudiantes a compartir lo aprendido con su familia y a estar atentos a situaciones de emergencia en su entorno, fomentando una cultura de prevención y colaboración.

Tarea o reto:

Diseñar en equipo una campaña breve para promover la seguridad y el deber de socorro en la construcción, para ser presentada en la escuela o comunidad.

Evaluación

Tipo de evaluación:

- Diagnóstica: Activación de conocimientos previos en la Sesión 1 (Inicio).
- Formativa: Observación directa durante actividades prácticas (Sesiones 1 y 2), revisión de hojas de trabajo y participación en discusiones.
- Sumativa: Demostración práctica de RCP y control de hemorragias en Sesión 2, y presentación grupal en la campaña final.

Criterios de evaluación:

- Identifica correctamente los pasos del protocolo PAS y la cadena de supervivencia (Objetivo 1).
- Reconoce signos y síntomas de emergencias laborales comunes y aplica protocolo ABC en evaluación primaria (Objetivo 2 y 3).
- Explica las responsabilidades legales en emergencias laborales (Objetivo 4).
- Realiza evaluación segura de la escena identificando peligros (Objetivo 5).
- Efectúa la secuencia correcta de RCP y aplica técnicas de control de hemorragias con precisión (Objetivo 6 y 7).

Instrumentos sugeridos:

- Lista de cotejo para habilidades prácticas (RCP y control de hemorragias).

- Rúbrica para evaluación de participación, comprensión y trabajo en equipo.
- Observación directa y notas anecdóticas durante actividades.
- Portafolio con hojas de trabajo y productos elaborados.
- Autoevaluación con preguntas de reflexión al cierre.

Evidencias de aprendizaje:

- Carteles ordenados y explicados del protocolo PAS y cadena de supervivencia.
- Hojas de trabajo completadas con evaluación ABC y control de hemorragias.
- Demostraciones prácticas de RCP y técnicas de vendaje.
- Presentación de campaña de seguridad y deber de socorro.
- Participación activa en discusiones y reflexiones.

Enriquecimientos

Inicio - Contextualizar

Contextualización para la Fase de Inicio

Imagina que uno de tus familiares o amigos trabaja en una obra de construcción cercana a tu barrio. Cada día, ellos se enfrentan a diferentes riesgos, desde caídas hasta golpes de calor, que pueden poner en peligro su vida. Según datos recientes del Ministerio de Trabajo de Bolivia, los accidentes laborales en el sector de la construcción representan uno de los índices más altos de lesiones graves y muertes prematuras en jóvenes y adultos.

Además, muchos de estos accidentes ocurren porque quienes están alrededor no saben cómo actuar rápidamente para ayudar o proteger a la víctima, lo que puede marcar la diferencia entre la vida y la muerte. Por eso, en estas dos sesiones aprenderemos juntos cómo identificar situaciones de emergencia, qué pasos seguir para protegernos y proteger a otros, y cómo aplicar técnicas básicas pero vitales de primeros auxilios que pueden salvar vidas.

Este aprendizaje no solo te prepara para actuar en un contexto laboral o profesional, sino que también te brinda herramientas para cuidar a tu familia, amigos y comunidad en cualquier situación de emergencia. Reconocer los signos de peligro y saber cómo responder te hará sentir más seguro y confiado, además de ser una forma de mostrar solidaridad y responsabilidad social.

Antes de comenzar, es normal sentir un poco de inquietud o preocupación al hablar de accidentes y emergencias, pero recuerda que el objetivo es empoderarte con conocimientos y habilidades que te permitirán actuar con calma y eficacia cuando alguien lo necesite. Estás a punto de convertirte en una persona capaz de hacer la diferencia en momentos críticos.

Inicio - Rubrica

Rúbrica para Evaluar la Participación y Disposición en la Fase de Inicio

Criterio	Excelente (4 puntos)	Bueno (3 puntos)	Aceptable (2 puntos)	Insuficiente (1 punto)
Atención y concentración	Presta atención continua durante toda la fase inicial, muestra interés activo con preguntas o comentarios relacionados.	Presta atención la mayor parte del tiempo y participa cuando se le solicita.	Presta atención de manera intermitente, con distracciones ocasionales.	No presta atención o está distraído la mayor parte del tiempo.
Participación verbal	Contribuye espontáneamente al diálogo con aportes pertinentes y claros relacionados al protocolo PAS y emergencias en construcción.	Responde a las preguntas y realiza algunos aportes con apoyo o estímulo.	Responde solo cuando se le insiste, con aportes limitados o poco claros.	No participa en discusiones ni responde preguntas.
Disposición para el aprendizaje	Muestra entusiasmo y actitud positiva para aprender, acepta retos y nuevas ideas sin resistencia.	Muestra actitud generalmente positiva, aunque con dudas iniciales que supera.	Muestra actitud neutral, con poca iniciativa para involucrarse activamente.	Muestra resistencia o desinterés hacia el tema o actividades.
Colaboración y respeto hacia compañeros	Escucha y respeta opiniones de compañeros, fomenta un ambiente de diálogo y colaboración.	Generalmente respeta a los demás y colabora cuando se le solicita.	Respeto a los compañeros, pero participa poco en dinámicas grupales.	No respeta opiniones, interrumpe o dificulta la participación grupal.
Preparación para la clase	Llega preparado con materiales y conocimientos previos, demostrando interés en el tema.	Llega con la mayoría de materiales y muestra conocimiento básico previo.	Llega con materiales incompletos y poco conocimiento previo.	No llega preparado ni con materiales, sin muestra de interés previo.

Indicaciones para el docente:

- Observar y tomar notas durante la fase de inicio en ambas sesiones para evaluar estos criterios.
- Fomentar la participación activa y actitud positiva mediante preguntas abiertas y dinámicas breves.
- Usar la rúbrica para retroalimentar a los estudiantes y motivarlos a mejorar su disposición y participación.
- Adaptar la evaluación según necesidades específicas de accesibilidad, siguiendo los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje.

Desarrollo - Gamificar

Elementos de Gamificación para la Fase de Desarrollo

Para mantener el compromiso y reforzar los objetivos de aprendizaje durante las dos sesiones de 1 hora, se propone incorporar las siguientes mecánicas de juego, diseñadas con enfoque en el Diseño Universal para el Aprendizaje, motivadoras y adecuadas para estudiantes de media (15-17 años):

• 1. Desafíos de Rol “Equipo de Rescate”

- *Descripción:* Los estudiantes se dividen en equipos pequeños (4-5 integrantes) y asumen roles específicos (evaluador de escena, comunicador, socorrista, registrador de datos).
- *Dinámica:* Se presentan escenarios simulados de accidentes en construcción mediante imágenes y descripciones breves. Cada equipo deberá aplicar el protocolo PAS y el ABC para evaluar la escena, determinar acciones y priorizar la atención.
- *Objetivos reforzados:* Identificación del protocolo PAS, evaluación primaria (ABC), análisis de peligros en la escena.
- *Gamificación:* Se otorgan puntos por respuestas correctas, rapidez y trabajo en equipo. Al final de cada escenario, se muestra una tabla de puntuación visible para todos, incentivando la competencia sana.

• 2. Quiz Interactivo “Conociendo las Emergencias”

- *Descripción:* Uso de una plataforma digital o aplicación móvil (como Kahoot o Quizizz) para responder preguntas sobre signos, síntomas y protocolos legales.
- *Dinámica:* Preguntas de opción múltiple o verdadero/falso sobre caídas, hemorragias, quemaduras, electrocución, y deber de socorro según normativa boliviana.
- *Objetivos reforzados:* Reconocimiento de emergencias comunes, aspectos legales.
- *Gamificación:* Puntuaciones en tiempo real, tabla de líderes, premios simbólicos (stickers digitales o badges) para los estudiantes con mejores resultados.

• 3. Simulación Práctica con “Tarjetas de Acción”

- *Descripción:* En pequeños grupos, los estudiantes reciben tarjetas con diferentes emergencias y deben decidir en orden los pasos a seguir para control de hemorragias o RCP básica.
- *Dinámica:* Cada tarjeta describe una situación (ej. herida con hemorragia abundante, víctima inconsciente sin respiración). Los estudiantes deben organizar las acciones correctas aplicando el protocolo ABC y técnicas aprendidas.
- *Objetivos reforzados:* Aplicación de RCP, control de hemorragias, evaluación primaria.
- *Gamificación:* Se otorgan puntos por secuencia correcta y justificación. Los grupos con mayor puntaje pueden optar a un premio simbólico o un reconocimiento visible en clase.

• 4. “Peligros en la Obra” - Juego de Identificación Visual

- *Descripción:* Presentar imágenes o videos cortos de escenas en obras de construcción con diferentes riesgos visibles (eléctricos, químicos, estructurales, mecánicos).

- *Dinámica:* Los estudiantes deben identificar y señalar los peligros en tiempo limitado. Se puede hacer en formato de “búsqueda del tesoro” en imágenes o con dispositivos interactivos.
- *Objetivos reforzados:* Evaluación de escena, identificación de riesgos.
- *Gamificación:* Puntos por cantidad y rapidez de respuestas correctas. Se puede premiar al estudiante o grupo que identifique más peligros.

Consideraciones para Implementación

- Se recomienda alternar actividades de alta energía (juegos y desafíos) con momentos reflexivos para consolidar el aprendizaje.
- Utilizar recursos visuales, auditivos y kinestésicos para atender a la diversidad de estilos de aprendizaje.
- Incluir un breve debriefing después de cada actividad gamificada para discutir aprendizajes y aclarar dudas.
- Adaptar el nivel de dificultad y tiempo según el ritmo del grupo, manteniendo el desafío para maximizar la motivación.

Con estas actividades gamificadas se busca que los estudiantes no solo aprendan los conceptos y procedimientos clave, sino que también desarrollen habilidades prácticas y actitudes colaborativas esenciales para la seguridad en el entorno laboral de construcción.