



Benemérito Cuerpo de
BOMBEROS
de Costa Rica



ACADEMIA NACIONAL
DE BOMBEROS

MISIÓN

Dirigir, planificar, organizar, coordinar, supervisar y evaluar los procesos formativos, normas y procedimientos relacionados con la capacitación en servicio del personal del Cuerpo de Bomberos, así como la de empresas públicas y privadas que requieran el servicio de capacitación de su personal en materia de prevención y primera respuesta a emergencias en los centros de trabajo, demostrando la mayor eficacia y eficiencia posible.

VISIÓN

Convertirse en la entidad educativa líder en materia de formación y capacitación en prevención y combate de incendios y otras emergencias, tanto para el personal del Cuerpo de Bomberos como para el público en general, acorde con los más altos estándares de calidad, actualidad y oportunidad en los servicios y contenidos.

Documento Inicial del Participante **SOPORTE BÁSICO DE VIDA** **NIVEL COMUNIDAD**

La aplicación adecuada y oportuna de los primeros auxilios básicos en un paciente puede hacer la diferencia entre la vida o la muerte, así como en la calidad de vida futura.

Por: Jorge Barrios Quesada
Academia Nacional de Bomberos

GENERALIDADES

El *Curso Soporte Básico de Vida* fue adaptado por profesionales del Benemérito Cuerpo de Bomberos Costa Rica para llenar una necesidad de capacitación existente en la población de todo el país y como parte del compromiso de la organización con la seguridad y bienestar de las personas. El curso está dirigido a empresas del sector público y privado interesadas en que su personal conozca cómo brindar los primeros auxilios a un paciente.

PROPÓSITO DEL CURSO

Proporcionar los conocimientos, técnicas y habilidades necesarias para atender correctamente, en el propio lugar del incidente o emergencia, a una persona lesionada o enferma y estabilizar su condición hasta la llegada de personal más especializado.



OBJETIVO DE DESEMPEÑO DEL CURSO

Al finalizar el curso los participantes, en grupos de 4, ante un incidente simulado, en un tiempo no mayor a 10 minutos, aplicarán las técnicas aprendidas en un paciente víctima de atropello.

Durante el curso se irán demostrando las siguientes capacidades:

1. Aplicar los pasos a seguir para preparar el equipo.
2. Demostrar el método para recopilar e informar sobre la situación y solicitar ayuda en caso necesario.
3. Listar las acciones para asegurar la aérea de un incidente y lograr acceso a las víctimas.
4. Demostrar la evaluación de un paciente y seleccionar el equipo correcto para atender una condición dada.
5. Ejecutar los procedimientos para estabilizar un paciente en el lugar.
6. Elaborar un informe de la condición de un paciente y del tratamiento suministrado para informarlo a personal más entrenado.

Este curso fue desarrollado para ser impartido en 3 días, con una carga lectiva de 24 horas, según la distribución prevista en la agenda, la cual le será entregada el primer día del curso. La introducción es una presentación informativa y será evaluada mediante la realimentación que se obtenga de los participantes.

Los participantes cumplirán una prueba escrita al finalizar cada lección y la entregarán al instructor para que verifique si se alcanzan los objetivos.

Deben alcanzarse los objetivos de todas las lecciones, si el participante no lo logra en alguna prueba podrá recuperarla. Tendrá solamente una oportunidad de recuperación.

Además de las pruebas, los instructores evaluarán el cumplimiento de las reglas, la participación en clase, el trabajo en los grupos y el desempeño general de cada participante.

Para obtener el certificado de aprobación del curso los participantes deberán demostrar que alcanzaron el objetivo de desempeño.

Este certificado tiene una validez de dos años a partir del momento de finalizado el curso.

El participante deberá aprobar las evaluaciones con un mínimo de 80% cada una. Queda entendido que la prueba de reposición requerirá un puntaje global mínimo de 80%, aceptando de antemano que la nota de aprobación que se registrará será de 80%.

La evaluación del ejercicio final práctico es independiente de las calificaciones de las lecciones del curso, por cuanto deberá ser aprobada por los participantes con una nota mínima de 80%. De reprobarse la práctica no habrá reposición, por lo que se pierde el curso.

La prueba práctica final incluirá todas las lecciones y se basará en los objetivos vistos y desarrollados durante el curso.

En caso de perder el curso, al participante se le entregará una nota de asistencia al curso.

Durante el desarrollo de la capacitación los participantes portarán, en todo momento, el uniforme de trabajo o ropa adecuada para la práctica, limpia y en buen estado de presentación.

PRESENTACIÓN DEL CURSO

TABLA DE CONTENIDOS

Lección 1: INTRODUCCIÓN

Se proporciona información general acerca del curso, participantes, instructores, método y detalles logísticos.

Lección 2: SEM y ASPECTOS LEGALES BÁSICOS

Se abordarán conceptos básicos sobre el Sistema de Emergencias Médicas (SEM) local, imprudencia, impericia, negligencia y abandono, además los deberes del CSBV y los derechos del paciente.

Lección 3: POSICIONES ANATÓMICAS Y TERMINOLOGÍA BÁSICA

Aquí se estudia la posición anatómica, las diferentes posiciones que se puede encontrar un paciente o ser colocado y ubicar una lesión en el cuerpo, utilizando referencias anatómicas.

Lección 4: PROTECCIÓN Y BIOSEGURIDAD

Abarca el término bioseguridad, además se enumeran los equipos de protección personal y la colocación y retiro de los guantes.

Lección 5: EVALUACIÓN INICIAL Y EXÁMEN FÍSICO DETALLADO

Aquí se desarrollan los siguientes temas:

- Procedimiento general de la evaluación inicial en un paciente inconsciente.
- Las maniobras para abrir las vías aéreas.
- La técnica para valorar la respiración.
- La técnica para evaluar la presencia de pulso.
- La técnica para buscar sangrados ocultos.
- La secuencia del examen físico detallado.

Lección 6: OBSTRUCCIÓN DE LAS VÍAS AÉREAS POR CUERPO EXTRAÑO (OVASE).

Se nombrarán las técnicas de ventilación de rescate, se identificarán los riesgos y complicaciones de las ventilaciones de rescate, se demostrarán los pasos básicos para realizar OVACE en un adulto consiente, los pasos para cuando se torne inconsciente o es encontrado inconsciente, además los pasos para la asistencia respiratoria pre hospitalaria en adultos, con o sin obstrucción por cuerpo extraño.

Lección 7: REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR (RCP)

Se estudian los factores que pueden contribuir para que una persona pueda sufrir un problema cardiaco, además de las complicaciones por maniobras inadecuadas de RCP. Se demostrarán los pasos básicos para realizar RCP y OVACE en adultos con uno o dos rescatadores.

Lección 8: HEMORRAGIAS Y HERIDAS

Se nombran los tipos de hemorragias y sus cualidades, se demuestran cómo se aplican los diferentes apósitos y vendajes, además el tratamiento pre hospitalario para una herida abierta, una herida cerrada, heridas en zonas específicas y las tres maniobras para controlar hemorragias externas.

Lección 9: FRACTURAS

Se estudian los conceptos de fractura, luxación, esguince y se enumeran sus signos y síntomas, se analizan las razones para la ferulización y también se demuestra el tratamiento pre hospitalario para lesiones en esqueleto axial, esqueleto apendicular y la colocación del cuello cervical.

REQUERIMIENTOS PARA PARTICIPAR EN EL CURSO

- Ropa o uniforme de trabajo.
- 20 pares de guantes látex por persona.
- Pantalón largo, camisa o camiseta tipo polo, zapatos cerrados de amarar.
- Llenar solicitud de participación a curso.
- Solventar necesidades logísticas según sea el caso (aula, proyector, manuales, alimentación, campo de práctica, lapiceros, vendas, apósitos, esparadrapo).
- 10 cubre bocas por persona.
- Protección *visual* (monogafas o gafas de seguridad claras, no deben ser de color oscuro).
- Rodilleras (Opcional).

NOTA. Estos requerimientos son aportados por los estudiantes para ser usados durante el curso.

ACADEMIA NACIONAL DE BOMBEROS

Para cualquier consulta comuníquese con nosotros:

Dirección: San José, Desamparados, San Antonio, de la Iglesia Católica 500 metros sur, carretera a Patarrá.

Teléfonos 2274-2810 // 2274-2457
cursos@bomberos.go.cr

PRÓLOGO Y AGRADECIMIENTOS

Este curso fue concebido, desarrollado, probado y revisado por un grupo multidisciplinario.

Para el soporte y revisión técnica de este curso se utilizaron documentos y normas ya existentes tales como:

BIBLIOGRAFÍA

- Curso Asistente de Primeros Auxilios Avanzados (APAA) del Programa USAID/OFDA-LAC de Capacitación y Asistencia Técnica, Primera Edición- Marzo 1995, Quinta Edición-Febrero 2006.
- Curso de Soporte Básico de Vida (CSBV) Atención Pre Hospitalaria (AHP). Programa USAID/OFDA-LAC de Capacitación y Asistencia Técnica, Primera Edición Octubre 2007, Revisión Enero 2008.
- Técnicas de Reanimación Cardio Pulmonar Básicas.
- Norma N. 14 de la NFPA (National Fire Protection Association). Edición 2007

Deseamos dar testimonio y agradecimiento de la labor desarrollada por todo el personal que colaboró en el diseño, desarrollo y revisión de este curso.

Sr. Luis Emilio Rodríguez

Bombero V Jubilado
Técnico en Emergencias Médicas
Benemérito Cuerpo de Bomberos CR.

Derechos de Autor y Atribuciones

La Academia Nacional de Bomberos, del Benemérito Cuerpo de Bomberos de Costa Rica, autoriza copiar todos los documentos del curso ***Extinción de Incendios***, mientras su contenido no sea alterado y el usuario no lo utilice para fines de lucro. Para obtener este permiso se debe hacer una solicitud, por escrito, ante este ente académico.. El propósito de este material es servir de guía para capacitar, en primeros auxilios, al personal de instituciones de primera respuesta y empresas cubiertas bajo la ley estatal de la República de Costa Rica.

La documentación por sí sola no capacita al usuario. Sólo la combinación de las lecciones teóricas, las prácticas y evaluaciones correspondientes, dictadas por instructores certificados en este curso, utilizando la metodología de enseñanza interactiva con las herramientas, equipos y otros materiales sugeridos y siguiendo las normas de seguridad establecidas, garantizarán la efectiva utilización de este material escrito.

Aquellos que reproduzcan en papel o publiquen electrónicamente partes de esta documentación deberán acompañar la copia con la siguiente frase de cortesía:

“Fuente: Curso Soporte Básico de Vida - Nivel Comunidad”

Academia Nacional de Bomberos

Benemérito Cuerpo de Bomberos Costa Rica

Deberá Incluir a los diseñadores y colaboradores del curso.