

Situa por orden la actuación en esta maniobra.



- |  |   |  |
|--|---|--|
| Preguntar si se está asfixiando        | Pedir que siga tosiendo. 5 palmadas en espalda  | Si deja de respirar rodear a la persona con los brazos |
| Colocar el puño por encima del ombligo | Presionar fuerte de abajo hacia dentro y arriba | Repetir el proceso hasta expulsar objeto               |
|  | Si queda inconsciente hacer RCP                 |  |

Completa las palabras que faltan en el orden correcto en el siguiente texto:

"El orden de las pautas generales de actuación en un accidente deben ser primero , luego  y por último  y en la atención de los signos vitales, observaremos la , la  y el

Proteger

Avisar

Socorrer

Conciencia

Respiración

Pulso

F11



Realiza el siguiente juego y haz una captura de los resultados. Tienes dos intentos posibles. Adjunta el archivo con la captura.

## Terminología

Empareja cada término con su definición



2

NUM. INTENTOS

**Comenzar**

**Autor:** Rafael M de E

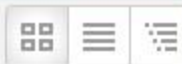


 **adrformacion**  
SOLUCIONES INTEGRALES DE E-LEARNING



Formación Programada  
Certificados de Profesionalidad  
Proyectos *e-learning*  
LCMS Personalizado

Tamaño máximo de archivo: 300MB, número máximo de archivos: 1



► Archivos



Con la finalidad de aprender a tomarnos el pulso, así como su variabilidad, el objetivo de la presente tarea es controlar la frecuencia cardiaca durante un periodo de actividad física. Para completar esta tarea debéis:

- a) En un tapiz rodante o una superficie plana realizar una carrera continua durante 20´manteniendo un ritmo constante (60%). ( Pulsa sobre la imagen 1 para descargar una platilla de toma de datos) Rellena los datos que obtuviste y adjunta el archivo)
- b) Elabora un gráfico (lineal) en Word con los datos obtenidos. (Pulsa sobre la imagen 2 para acceder a un tutorial donde se te explica cómo elaborar la tabla). (Posteriormente adjunta el archivo).

Imagen 1

Tabla 1. TABLA DE REGISTRO	
CARRERA CONTINUA DURANTE 20 MINUTOS, VELOCIDAD CONSTANTE 60% APROXIMADAMENTE	Frecuencia Cardiaca (ppm)
FCreposa	
Antes de la actividad física	
Minuto 2	
Minuto 4	
Minuto 6	
Minuto 8	
Minuto 10	
Minuto 12	
Minuto 14	
Minuto 16	
Minuto 18	
Minuto 20	
Recuperación (una vez finalizada la actividad, nos detenemos y tomamos las pulsaciones)	
Recuperación al minuto 1	
Recuperación al minuto 3	
Recuperación al minuto 5	

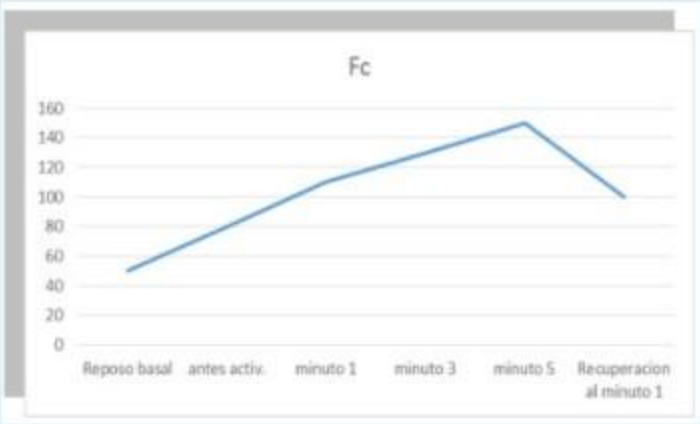


Imagen 2

Tamaño máximo de archivo: 300MB, número máximo de archivos: 2

Archivos

Puede arrastrar y soltar archivos aquí para añadirlos

Empareja las respuestas válidas, respecto a la situación descrita.



Comprobaremos si pudiera sufrir la obstrucción de la vía aérea a través de las maniobras correspondientes.

Elegir...



Revisaremos si tiene bloqueada la vía aérea.

Elegir...



Colocaremos al accidentado en posición lateral de seguridad (eliminando posibles secreciones), aunque previamente nos aseguraremos de que no sufre ningún problema en la columna vertebral o en la cabeza.

Elegir...



Revisaremos y evaluaremos el resto del cuerpo en busca de posibles lesiones y aplicaremos el primer auxilio (PA) que corresponda.

Elegir...







Empareja las respuestas siguientes con su tratamiento o consecuencia.

Segundo grado

Elegir...



Contusión mínima

Elegir...



Primer grado

Elegir...




Tercer grado


Elegir...




Mira este video y contesta a las siguientes preguntas.



# CÓMO TOMAR EL PULSO



**El ritmo cardíaco normal para un adulto es de entre 60 y 100 pulsaciones por minuto**



El ritmo cardíaco normal en adultos es de 100 a 140 pulsaciones por minuto.

Elegir...

▼

Las dos zonas aconsejadas para la toma del pulso son: en el cuello y en la muñeca.

Elegir...

▼

Debemos tomar 180" como mínimo para tener una cifra apropiada.

Elegir...

▼

El dedo índice y corazón son idóneos para la toma del pulso

Elegir...

▼

El pulso se toma con el de do pulgar preferiblemente

Elegir...

▼



En el siguiente video corto, localiza la cabeza del fémur y en las respuestas siguientes señala la correcta.



Seleccione una:

☐ a.



☐ b.



☐ c.



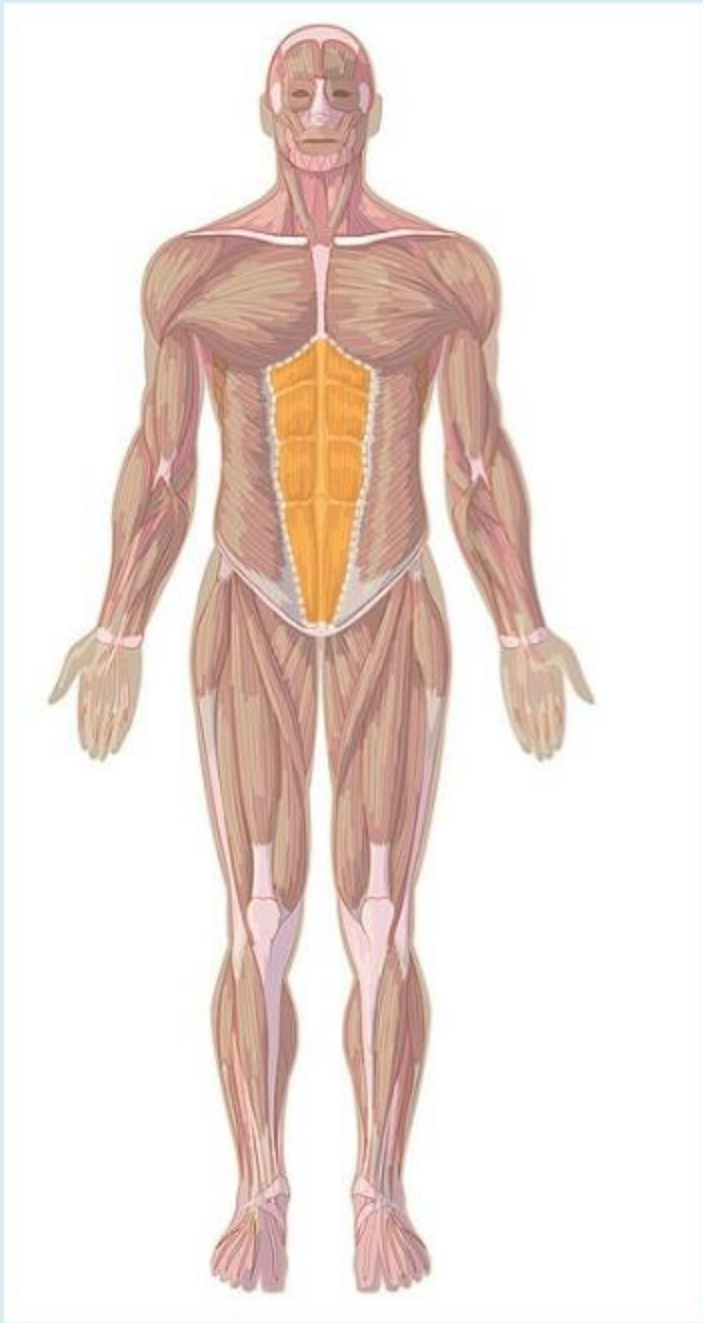
☐ d.



☐ e.



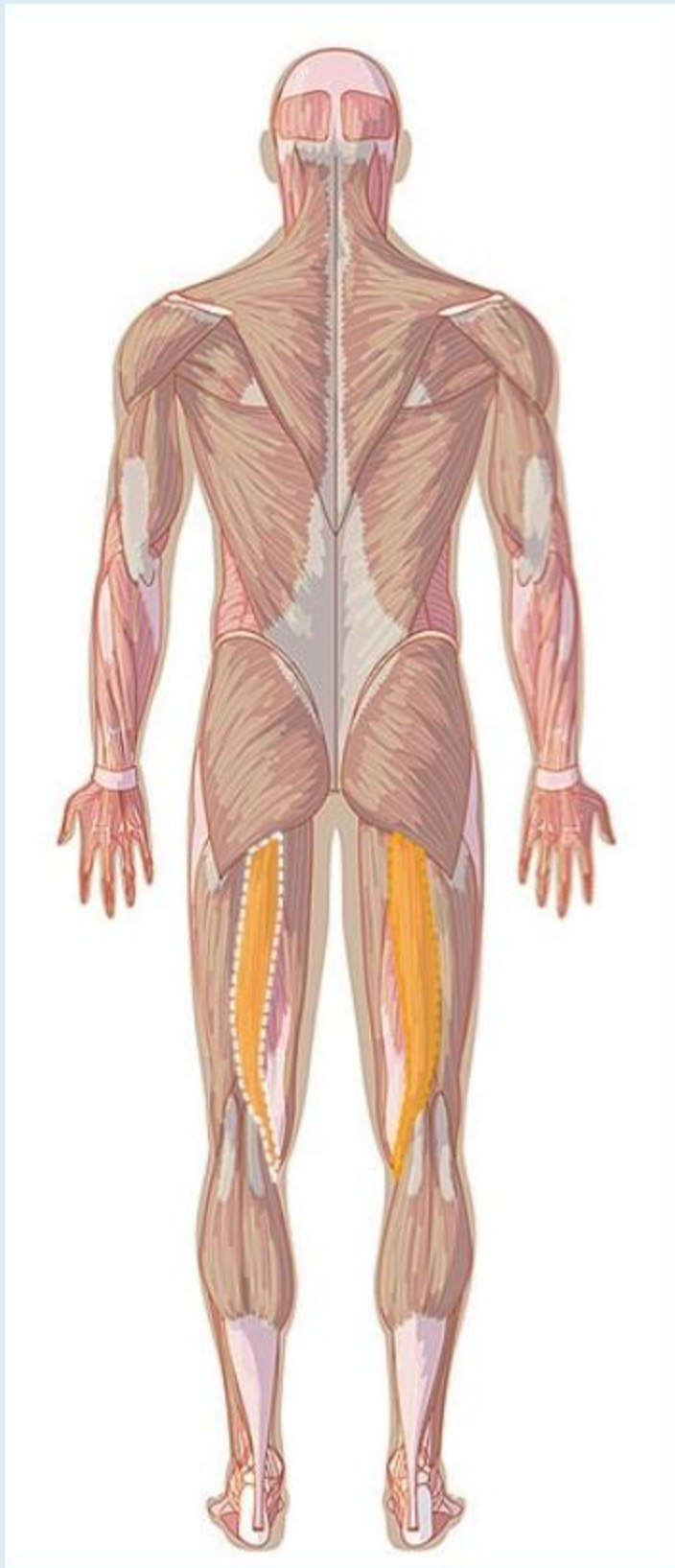
Haz clic en la imagen y juega a conocer los músculos en su sitio. Al final responde la puntuación recibida. El profesor tiene acceso a la puntuación obtenida en la web del ejercicio.



Seleccione una:

- ☐ a. de 200 a 290
- ☐ b. De 180 a 200
- ☐ c. De 150 a 180
- ☐ d. De 130 a 150
- ☐ e. De 0 a 130

Haz clic en la imagen y localiza los diferentes músculos de la parte posterior. Una vez acabado el juego responde seleccionando la puntuación obtenida. El profesor tiene acceso a la puntuación obtenida en la web del ejercicio.



Seleccione una:

- ☐ a. de 200 a 290
- ☐ b. De 180 a 200

Localiza en el siguiente video el músculo deltoides. Contesta posteriormente en las preguntas localizando dicho músculo.

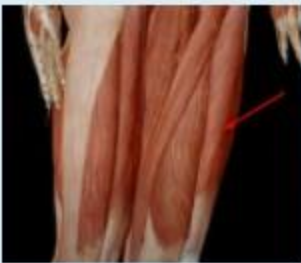


Seleccione una:

☐ a.



☐ b.



☐ c.



☐ d.



☐ e.





# INSTITUTO ANDALUZ DEL DEPORTE



Seleccione una o más de una:

- ☐ a. El vídeo es referido a la reanimación en niños
- ☐ b. Sentir, ver y oír son verbos que se han usado en el vídeo para una acción concreta.
- ☐ c. Las compresiones en un RCP serán de 25
- ☐ d. Nunca debemos hacer el RCP estando boca arriba el paciente.
- ☐ e. Si la víctima respira, colocarla en posición PLS