



Protocolo de accidente durante la clase de educación física

La Florida, Marzo 2016

INTRODUCCIÓN

La palabra accidente se refiere a un suceso imprevisto o eventual. Es una indisposición repentina que priva del sentido o del movimiento, por tanto, en la clase de educación física por trabajar con el cuerpo y en movimiento, se está más expuesto a los accidentes. En las unidades educativas los accidentes son los más comunes en el día a día. Además, no se puede olvidar la palabra riesgo, lo que significa contingencia o proximidad de un daño. Por ello, es conveniente tener un protocolo de acción tanto de prevención como de la actuación frente al accidente.

DEFINICIONES:

Accidente en clase de Ed. Física: es toda lesión que un estudiante pueda sufrir a causa o desarrollo de actividades planificadas durante la clase que, por su gravedad, tengan como consecuencia incapacidad o daño, estando todos los(as) estudiantes de educación parvularia, básica y media están protegidos por el Seguro Escolar del Estado desde el instante en que se matriculen.

CONSIDERACIONES DE PREVENCIÓN:

- Toda clase se prepara considerando las limitaciones y necesidades de todos los alumnos(as), puesto que existen diferencias individuales que influyen en el riesgo y la cantidad de lesiones asociadas al ejercicio.
- Los Profesores de Educación Física deben tener conocimiento de los riesgos inherentes de cada actividad, de las formas en que éstos pueden minimizarse, de las progresiones didácticas apropiadas para cada habilidad en cuestión y de cualquier otra necesidad referente a protección o equipamiento.
- Antes de iniciar la clase, el área de trabajo debe ser supervisada para eliminar objetos peligrosos.
- Los profesores deben cerciorarse de la seguridad del material.
- El material debe estar en buen estado, así como todo equipo debe disponer de una buena sujeción en la superficie donde está colocado. Del mismo modo, es importante comprobar que los alumnos usen ropa adecuada para la práctica física.

- Las zapatillas son particularmente importantes, ya que si ésta no es adecuada puede producir lesiones. Cuidar que los alumnos(as) usen bloqueadores solares.

A pesar de las medidas preventivas siempre es posible que ocurra un accidente.

PLAN DE ACCIÓN:

- En caso de accidente de un alumno(a) durante la clase de Ed. Física, sus compañeros o cualquier funcionario que lo detecte, por leve o sin importancia que parezca, deberá dar cuenta de inmediato al profesor de Ed. Física, quien es el encargado para aplicar los primeros auxilios.
- Detectado un accidente, el profesor(a) procederá de acuerdo a lo siguiente:
 - Ubicación y aislamiento del accidentado
 - Evaluación de la lesión y de acuerdo al grado de ella, se determinará la necesidad de mantener al o la accidentada en el mismo lugar o trasladarlo(a) a la sala de Primeros Auxilios.
 - En cualquiera de los dos casos el Profesor(a) realizará los primeros auxilios correspondientes.

ATENCIÓN PRIMARIA

Lesión	Síntoma	Primeros Auxilios
Herida: Erosión de la piel y, en casos graves de masa muscular y venas	Dolor. Pérdida de sangre. Separación de los bordes	Limpiar la zona herida aplicar antiséptico y vendar. En caso grave enviar al servicio de urgencia
Picaduras de insectos: Introducción de sustancias tóxicas en el organismo.	Dolor. Hinchazón. Enrojecimiento de la zona afectada	Limpiar la zona. Aplicar frío y pomada para picaduras.
Insolación: Exposición prolongada al sol	Sed, cansancio, respiración fatigosa	Soltar la ropa, poner compresas frías y dar agua con sal
Mareos: Alteración generalizada que puede ir acompañada de pérdida de conciencia.	Palidez. Angustia. Sudor frío. Pulso débil y acelerado.	Acostar. Si hay palidez, colocarlo con los pies en alto. Si hay congestión colocarlo con la cabeza en alto
Calambres: Contracción muscular mantenida, producida por agotamiento.	Dolor al contraerse el músculo	Estiramiento del músculo afectado. Reposo.
Contusiones: Lesiones musculares por golpe violento.	Dolor. Hematoma.	Aplicar frío y reposo. Visitar al médico si es grave.
Esguinces: Distensión de las partes blandas de una articulación.	Dolor, inflamación y/o Hematoma.	Aplicar frío y vendaje compresivo. Reposo de la articulación. Ir al médico
Luxaciones: Cuando un hueso se sale o se desplaza de su posición habitual en una articulación.	Dolor al mover. Hinchazón y deformación. Desplazamiento de los huesos	Inmovilizar. No intentar reducir la luxación. Traslado a servicio de urgencia.
Rotura muscular: Cuando un conjunto de fibras musculares pierden su integridad	Dolor repentino e intenso. Hematoma (en ocasiones)	Reposo, aplicar frío.
Fracturas: Cuando se rompe un hueso por cualquier tipo de traumatismo.	Dolor intenso, inflamación. Imposibilidad de mover la zona afectada	Inmovilizar el miembro afectado y sus articulaciones. Traslado a servicio de urgencia.
Otra lesión médica: Hipertensión, infartos, epilepsia, etc.		Envío en forma inmediata al servicio de urgencia más cercano.

Ya evaluado el nivel de urgencia, se actuará según lo siguiente:

- En caso de accidente leve: se entienden por estos a los cortes superficiales, erosiones, caídas en un mismo nivel, contusiones, choque con algún objeto o persona, de efectos transitorios. Se realizarán los primeros auxilios o se le dará un agua de hierbas. Importante recordar que el Colegio No está autorizado para administrar ningún medicamento. El Inspector(a) enviará una comunicación a los padres avisándole lo sucedido.
- En caso de accidentes menos grave o moderado: se entiende por estos a aquellos que requieran atención médica, como esguinces, caídas o golpes con dolor persistente, heridas sangrantes, entre otros, se entregarán los primeros auxilios, se llamará a los padres y/o apoderados y se trasladará al alumno al centro de salud pública correspondiente. Existiendo la posibilidad que los padres y/o apoderados puedan llevar al alumno al centro de urgencia que estimen conveniente. Inspectoría confeccionará el formulario del Seguro Escolar del estado.
- En caso de accidente grave: Se entiende por estos aquellos en se debe concurrir a un centro de urgencias en forma inmediata o llamada de una ambulancia en caso de no sea posible el traslado, como fracturas expuestas o evidentes, heridas o cortes profundos con objetos corto punzantes, caídas con golpes en la cabeza y pérdida del conocimiento, quemaduras, golpes se trasladará al estudiante de inmediato al Centro de Urgencias más cercano al Establecimiento y simultáneamente se dará aviso a los padres y/o apoderados, quienes en ese momento podrán informar del traslado a otro centro de urgencias.

En Inspectoría se llevará un registro de las atenciones de accidentes escolares con el fin de obtener información para realizar acciones preventivas.

PROTOCOLO DE ACCIÓN EN CASO DE ACCIDENTE O LESIÓN EN EL COLEGIO

