



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

**Efecto de un programa educativo en la actuación preventiva en desastres con
promotores de salud El Porvenir Trujillo 2018**

**TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OBTENER EL GRADO ACADEMICO
DE BACHILLER EN ENFERMERIA**

AUTOR:

Uceda Pérez, Cristian Ganpiero
(0000-0002-8131-900X)

ASESOR:

Helen Soledad Rivera Tejada
(0000-0003-2622-8073)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Políticas y Gestión en Salud

Trujillo - Perú

2019

DEDICATORIA

A Dios:

Por permitirme lograr hasta el
momento un objetivo más en mi vida
y por ser mi guía dándome salud, conocimientos
y fortaleza durante el desarrollo de mi vida personal y profesional.

A mis padres y familiares:

Por ser el respaldo en cada instante de mi educación
por su comprensión y amor incondicional

Un agradecimiento a mi esposa que la amo mucho,
que con su amor y confianza fortaleció nuestro amor.

A mis hijos que son la esencia y el motivo por el cual salgo adelante
Los Amo.

AGRADECIMIENTO

A todos los docentes que participaron en mi formación, a mis compañeras Haydi Guevara y Yesica Aponte por su apoyo en el desarrollo del trabajo de investigación, y de manera muy especial a mi docente Helen Rivera Tejada por ser la guía y el apoyo durante todo el trabajo.

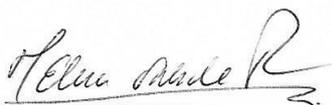
Agradecemos también a la gerencia regional de salud, por habernos facilitados los datos para nuestro trabajo de investigación. Quiero expresar también un profundo agradecimiento a los promotores de salud que asumieron el compromiso y gracias a su disponibilidad y amabilidad, se lograron cumplir con los objetivos.

PAGINA DEL JURADO

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN: Efecto de un programa educativo en la actuación preventiva en desastres con promotores de salud El Porvenir Trujillo 2018.

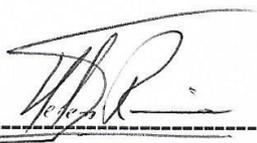
AUTOR: Cristian Ganpiero Uceda Perez

JURADO EVALUADOR



Mg. María Elena Valverde Rondo

Presidente.



Mg. Helen Soledad Rivera Tejada

Secretario.

Trujillo – 01 julio 2019

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Yo, Uceda Perez Cristian Ganpiero. Con documento nacional de identidad N° 43100736. a efecto de cumplir con las disposiciones vigentes consideradas en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo, Facultad de Ciencias Médicas - Escuela de Enfermería, declaro bajo juramento que toda la documentación que acompaño es veraz y auténtica.

Así mismo, declaro también bajo juramento que todos los datos e información que se presenta en la presente tesis son auténticos y veraces.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas de la Universidad César Vallejo.

Trujillo, Mayo 2019



Cristian Ganpiero Uceda Perez

DNI: N° 43100736.

ÍNDICE

CARATULA	i
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
JURADO EVALUADOR	iv
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD.....	v
ÍNDICE.....	vi
RESUMEN	vii
ABSTRACT	viii
I. INTRODUCCIÓN	9
II. MÉTODO.....	15
2.1. Diseño de Investigación	15
2.2. Variables, Operacionalización	15
2.3. Población y Muestra.....	18
2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad .	19
2.5. Métodos de análisis de datos.....	20
2.6. Aspectos éticos.....	20
III. RESULTADOS	21
IV. DISCUSIÓN.....	25
V. CONCLUSIONES	28
VI. RECOMENDACIONES	28
VII. REFERENCIAS.....	29
VIII. ANEXOS	32
Anexo N° 1.....	32
Anexo N° 2.....	33
Anexo N° 3	34
Anexo N° 4.....	35
Anexo N° 5.....	37
Anexo N° 6.....	38
Anexo N° 7.....	61

RESUMEN

Estudio descriptivo, pre experimental, tuvo como objetivo determinar el efecto de un programa educativo en la actuación preventiva en desastres con promotores de salud; se contó con una población de 42 promotores de salud y se obtuvo una muestra de 35 promotores

Se obtuvo información mediante la aplicación de instrumentos que ayudaron a conocer los saberes previos de los promotores de salud en desastres, tanto en caso de sismo como en inundaciones encontrando que el 85.7% que equivale a 30 promotores de salud, tiene una actuación preventiva buena en caso de sismo e inundación, y el 14.3% que equivale a 5 promotores tiene una actuación preventiva regular, pero después de haber aplicado el programa educativo se obtuvo en el pos test que 100 % de los promotores de salud tienen una actuación preventiva buena no se encontró a ningún promotor de salud con una actuación preventiva deficiente.

Es por ello que se concluye que el programa educativo es efectivo y contribuye a mejorar en la actuación preventiva de los promotores de salud en desastres, contribuyendo a la mejora en su intervención en la comunidad donde desarrollan sus funciones como promotores de salud.

Palabras Clave: Promotores de salud, programa educativo, Actuación Preventiva

ABSTRACT

The present research work consists in the description and effectiveness of the educational program in the preventive action in disasters before and after in case of earthquake and floods.

Descriptive, pre-experimental study, the objective of the investigation is to determine what is the effect of an educational program in the preventive action in disasters with health promoters; there was a population of 42 health promoters and a sample of 35 promoters was obtained.

Information was obtained through the application of instruments that helped to know the previous knowledge of health promoters in disasters, both in case of earthquakes and floods, finding that 85.7% that is equivalent to 30 health promoters, has a good preventive action in case of earthquake and flood, and 14.3% that is equivalent to 5 promoters has a regular preventive action, but after having applied the educational program it was obtained in the post test that 100% of health promoters have a good preventive action He found no health promoter with poor preventive action

That is why it is concluded that the educational program is effective and helps to improve the preventive action of health promoters in disasters, contributing to the improvement in their intervention in the community where they perform their functions as health promoters

Keywords: Health promoters, educational program, Preventive Action

I. INTRODUCCIÓN

La Realidad Problemática con respecto a los desastres naturales, vienen hacer la interrupción severa del funcionamiento de una comunidad causada por un peligro, de origen natural o inducido por la actividad del hombre, ocasionando tantas pérdidas de vidas humanas, bienes materiales, daños a los medios de producción, al ambiente y a los bienes culturales¹.

Los desastres naturales en el Perú son un problema de salud pública prioritario, con una alta prevalencia de grupo poblacional expuesto. Desde tiempo atrás uno de los desastres más frecuentes en el Perú en relación al fenómeno del Niño, son las lluvias, que aumentan su volumen año tras año, esto causado por el incremento de la temperatura, generando daños materiales y personales dentro de la población².

Los desastres naturales recientes fueron las inundaciones y huaicos que afectaron la zona costera norte del país de Tumbes, Piura, Lambayeque y La Libertad, estas zonas presentan características geográficas y climatológicas similares, que la hacen muy susceptible a inundaciones, flujos de lodo y huaicos. Los daños generados en este desastre fueron de 312,730 personas afectados, 25 personas fallecidas, más de 400 km de carreteras destruidas y más de 7,800 Km de terrenos de cultivo destruidos³.

Las intervenciones realizadas por las instituciones de apoyo fueron de evacuación, brindar alimentación, saneamiento, entre muchas otras. Perú cuenta con un Sistema Nacional de Información de Defensa Civil (SINADECI), que involucra a las organizaciones oficiales y no gubernamentales, coordinado por el Instituto Nacional de Defensa Civil (INDECI)⁴.

Es de suma importancia en el área profesional contar con un equipo preparado que conozca la comunidad, que nos permitirá una mejor intervención y reconocimiento de la zona, cuando se presente un fenómeno climático, y por ello, que debemos preparar y capacitar a la población o a un grupo de personas organizadas como los son los promotores de salud, en temas de prevención.

Dentro de los antecedentes tenemos a, Medina Y, López E⁵, que realizó un estudio explicativo prospectivo: “Papel de la universidad para elevar la preparación de la población ante la ocurrencia de desastres”; desarrolló un conjunto de actividades como talleres, conferencias, videos y debates. A través de la observación sistemática permitió constatar las debilidades en la percepción de riesgo y su capacidad de respuesta en la

población. Concluyó que los actores sociales deben tomar su lugar a la hora de planificar y aplicar políticas, promoviendo una cultura preventiva, además de que los medios de Comunicación y Defensa Civil deben desempeñar un rol de primer orden en la preparación y educación de la población.

Aguirre D, Orbegoso W, Rojas M⁶, realizó un estudio prospectivo, analítico, transversal y observacional para “Determinar la relación entre el nivel de conocimiento con las actitudes frente a los desastres naturales de los pobladores mayores de 18 años de la localidad de Huayopampa, Huánuco, 2015” en una muestra de 132 personas aplicaron una guía de entrevista, un cuestionario de conocimientos y una escala de actitudes frente a los desastres naturales, previo del consentimiento informado. Obteniendo que si existe relación entre el nivel de conocimiento bueno y regular con las actitudes positivas para la participación en simulacros, el diseño, elaboración y ejecución de plan de emergencia ante posibles desastres naturales; Concluyen que el nivel de conocimiento se relaciona con las actitudes frente a los desastres naturales de los pobladores de la localidad en estudio.

Roque Y, Criollo A, Recino U, Gafas C, Barahona D⁷, señalan la importancia de la capacitación a la población en el proceso de reducción de desastres en las comunidades, reflexionando a la educación continuada, analizaron las instancias encargadas y su labor dentro de las normas establecidas. Concluyen que la pluridimensionalidad exige un equipo interdisciplinario en la formación debiendo ser permanente, diferenciada y escalonada involucrado al sistema educativo escolar y superior y el diseño curricular debe de estar fundamentado y enfocado con los avances tecnológicos y a las exigencias de avance continuo de la sociedad.

Morales N⁸, recopiló información sobre la evolución de la “Medicina de emergencia y desastres: los últimos 50 años” de eventos sucedidos de gran magnitud en nuestros antepasados. Relatan del terremoto de 1970 de 7,8 grados Richter en Áncash, en el cual murieron 65 000 personas y otras 160 000 quedaron heridas, mencionan otros eventos pero sin duda el más catastrófico fue el sucedido en Áncash. Todo esto dio origen a la creación de normas por parte de nuestras autoridades como del Instituto Nacional de Defensa Civil, 1972. Por otro lado la creación de un Hospital de Emergencias ‘José Casimiro Ulloa’, en el cual se atiende hasta la actualidad. También se creó la especialidad

de Medicina en Emergencia y Desastres 1992, estos avances han servido para aprender pero aún es necesario preparar las ciudades para enfrentar y actuar en desastres.

Pérez L⁹, en su publicación “Desastres climáticos: anticiparse para reducir el riesgo” expuso que los desastres naturales son cada vez más frecuentes y que afectan a toda la población, sin embargo en mayor proporción a las personas que menos tienen, pues estas la mayoría de veces se ubican en lugares propicios para desastres naturales. Por lo cual se plantea que lo mejor es prevenir los desastres y promover la resiliencia en aquellas poblaciones afectadas, de esa manera se evita la pérdida de mil millones de soles anuales gastados en los desastres ya sucedidos. Concluyo que lo mejor es anticiparse al riesgo y conocer que amenazas pueden suceder en nuestra ciudad permite poder actuar anticipadamente.

Chirino Y, Clemente R¹⁰, investigaron “Sistemas de Alerta Temprana Escolar en caso de inundaciones... Una propuesta educativa ambiental en gestión de riesgo”. Esto lo desarrollaron en 3 etapas: encuestaron a docentes, elaboraron propuestas y al final vieron la factibilidad de la propuesta desarrollada. Concluyeron que los involucrados en el trabajo desconocían sobre los Sistema de Alerta Temprana SAT.

Hijar G, Bonilla C, Munayco C, Gutiérrez E, Ramos W¹¹, los autores analizaron las intervenciones en salud pública para la preparación y respuesta ante los desastres naturales en el contexto del fenómeno El Niño, solo se enfatizaron en la mitigación donde es una fase planificada y oportuna, para que una amenaza no se convierta en desastre, dejando de lado a la prevención y adaptación, también manifiestan los daños vinculados del fenómeno el Niño en la salud.

Moreno O¹². Analizó diversos artículos que tuvieran un denominador en común de paisaje en emergencia para indagar acerca de adaptabilidad o patrones de respuesta ante condiciones de resiliencia, agrupó todos estos artículos en “Paisajes en emergencia: transformación, adaptación, resiliencia”, concluyó en asumir el paisaje urbano de emergencia, por ello demanda la intervención urgente para atender la situación, prevenir y evitar su empeoramiento, enfatizando así la importancia de la evaluación de los paisajes de emergencia y sus cambios sociales, políticos, económicos, culturales y ambientales.

Torroja H¹³, Investigó las “Estrategias internacionales para la seguridad humana en los desastres naturales” lideradas por la ONU, basándose en dos grandes funciones: la

prevención y preparación antes los desastres naturales y la movilización y coordinación de la asistencia humanitaria a las víctimas, señala las creaciones de directriz y políticas que conforman un valioso acervo de órganos y principios dirigidos a mitigar las consecuencias de los desastres naturales, todos ellos basados en el enfoque de la seguridad humana, esto es situando al ser humano en el centro.

El soporte teórico de la presente investigación se sustenta en los conceptos del Modelo de Promoción de la Salud establecido por Pender N. quien identifica en el individuo factores cognitivos-preceptuales que son modificados por las características situacionales, personales e interpersonales, lo cual da como resultado la participación en conductas favorecedoras de la salud¹⁴.

El Modelo de Promoción de la Salud (MPS), describe que la conducta del ser humano está relacionada con la motivación por el deseo de alcanzar el bienestar y el potencial humano, generando en la persona cambios de comportamientos relacionados con la salud y a la vez generar conductas saludables para un mayor bienestar físico como emocional¹⁵.

Pender N. en su modelo enfermero habla como el ser humano adoptan sus propias decisiones con respecto a su salud, es por ello que motiva al personal de salud para que a través de las acciones o intervenciones inculquen conductas favorables que potencialicen el autocuidado para lograr mayor satisfacción de bienestar en la persona, es por ello que la investigación a tratar se orienta a educar a los promotores de salud con la finalidad de potenciar su conocimiento en acciones de prevención ante situaciones de emergencias y desastres, las cuales serán impartidas en su comunidad con la finalidad de generar cambios de comportamientos adecuados para el autocuidado.

El modelo de promoción de la salud trata de ilustrar la naturaleza multifacética de las personas en su interacción con el entorno cuando intentan alcanzar el estado deseado de salud; enfatiza el nexo entre características personales y experiencias, conocimientos, creencias y aspectos situacionales vinculados con los comportamientos o conductas de salud que se pretenden lograr¹⁴.

Por otro lado también nos basamos en la Teoría del aprendizaje significativo de Ausubel D, en la cual se detalla que anteriormente se consideraba que el aprendizaje era sinónimo de cambio de conducta, sin embargo en la actualidad no es así, el aprendizaje no es un simple cambio de conducta, más bien es el que va a propiciar un cambio en la experiencia del ser humano¹⁶.

Es así que la experiencia no solo está formada por el conocimiento adquirido, sino que también forma parte la actitud, juntos logran capacitar al individuo, teniendo como importancia los saberes previos y experiencias y en este caso los promotores de salud cuentan con conocimientos previos gracias a su experiencia y a la capacitación recibida durante sus labores en la comunidad.

Un aprendizaje será significativo cuando los contenidos impartidos no son de manera estática y rígida al pie de la letra, sino es aprovechar lo que el estudiante ya sabe y lograr que fije ese conocimiento y lo relacione con aquello que requiera aprender, es por ello el aprendizaje significativo será efectivo cuando el individuo ya cuenta con una estructura de conceptos, con los cuales la nueva información recibida pueda interactuar. Es decir, lograr que la nueva información se conecte con un concepto relevante que ya existe en la estructura cognitiva del individuo¹⁶.

Se trabajó con los promotores de salud del Porvenir con la finalidad de aprovechar sus conocimientos previos para generar la práctica en actividades preventivas de emergencias y desastres y así permitir su desarrollo para beneficio de la comunidad.

La investigación planteada es importante porque va a permitir educar a promotores de salud en temas de emergencias y desastres para una actuación preventiva, siendo esto prioritario en la comunidad del Porvenir donde desempeñan su labor, es por ello que nuestro trabajo se enmarca dentro del proceso teórico - práctica.

El trabajo de investigación se desarrolló con un estudio pre experimental, diseño descriptivo, el cual permitirá desarrollar temas específicos (inundaciones y sismos) que contribuye a la educación de los promotores, con el fin de salvaguardar la salud de la comunidad del Porvenir.

En tal perspectiva se hizo la siguiente pregunta ¿Cuál es el efecto de un programa educativo en la actuación preventiva en desastres con promotores de salud, El Porvenir Trujillo 2018?

La justificación de estudio se enmarca en la determinación del efecto de un programa educativo en la actuación preventiva en desastres con promotores de salud, tendrá impacto en la población donde ocurrieron desastres de esta naturaleza (sismo e inundación), permitirá desarrollar y practicar actividades preventivas.

Diversos estudios manifiestan que las inundaciones representan uno de los desastres más comunes en todo el mundo, en nuestro país afectan a varias regiones y ocasionan muertes

y dejan una gran centena de damnificados. Se estima que las inundaciones son las que ocurren con más frecuencia y son las que más se extienden en espacio e intensidad. Así mismo son los más catastróficos entre los demás desastres naturales. A nivel mundial el número de fallecidos es aproximadamente el 40%, sin embargo esta cifra es superada cuando nos referimos a sismos¹⁷.

Por otro lado en el Informe de situación de salud N° 5 realizado por la Organización Panamericana de la Salud (OPS) el 2007, luego de lo sucedido en Ica se determina que ante tal situación se requiere incrementar el trabajo en la parte de la promoción de la salud con una estrategia que desarrolle acciones con la comunidad y las integre con mensajes claros sobre temas relacionados a emergencias y desastres. De allí la importancia para que en la población se fomente la parte preventiva ante desastres y lograr minimizar las inmensas pérdidas a causa de los desastres naturales y mejorar la seguridad de la comunidad¹⁸.

Es así que mediante esta investigación se pretende determinar si realizar un programa educativo tiene efecto positivo para mejorar la práctica preventiva en emergencias desastres, logrando que la comunidad del Porvenir esté preparado para afrontar un próximo evento relacionado a emergencias y desastre (inundación y sismo).

Para lo cual el aporte teórico permite enriquecer y enmarcar los temas que se deben conocer y practicar para poder adoptar una actitud preventiva frente a desastres y se basa en la teoría de Promoción de la Salud y Teoría del Aprendizaje Significativo.

En el *aporte práctico* permite que la población pueda transformar el desarrollo de las prácticas en la realidad, haciendo más eficiente la intervención educativa brindada y permite la posibilidad de perfeccionamiento y adaptación a nuevas condiciones.

Por otro lado el *aporte metodológico* en el presente trabajo de investigación servirá como guía para futuras intervenciones de investigación referente a desastres (sismo e inundaciones) en estudios pre experimentales pre prueba pos prueba con un solo grupo, en la cual se diseña la metodología teórica práctica para generar actuaciones preventivas en los promotores de salud.

Por lo tanto, se formuló la siguiente *hipótesis*:

H1: El programa educativo tiene efecto positivo en la actuación preventiva en desastres con promotores de salud El Porvenir Trujillo 2018.

H0: El programa educativo no tiene efecto positivo en la actuación preventiva en desastres con promotores de salud El Porvenir Trujillo 2018.

Teniendo como *objetivo general*:, Determinar el efecto de un programa educativo en la actuación preventiva en desastres con promotores de salud, El Porvenir Trujillo 2018.

Además de contar con los siguientes *objetivos específicos*: Determinar la actuación preventiva en desastres: sismos antes y después de la intervención educativa con promotores de salud, El Porvenir 2018; Determinar la actuación preventiva en desastres: inundaciones antes y después de la intervención educativa con promotores de salud, El Porvenir 2018.

II. MÉTODO

2.1. Diseño de Investigación

Pre experimental pre prueba pos prueba con un solo grupo¹⁹.

G₁ **O₁** **X** **O₂**

Donde:

- G1: Grupo de estudio. Promotores de Salud
- O1: Observación. Pre Test en actuación preventiva en caso de sismo
Pre test en actuación preventiva en inundaciones
- X : Programa Educativo “Actuación Preventiva en Desastres”
- O2: Observación. Post test en actuación preventiva en caso de sismo
Post test en actuación preventiva en inundaciones

2.2. Variables, Operacionalización

Variable

- Independiente: Programa educativo
- Dependiente: Actuación preventiva en desastres (sismo e inundaciones)

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Programa Educativo	Es un documento que permite organizar y detallar un proceso pedagógico. El programa brinda orientación al docente respecto a los contenidos que debe impartir, la forma en que tiene que desarrollar su actividad de enseñanza y los objetivos a conseguir ²⁰ . (Pérez J.)	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Pre test y Pos Test ✓ Programa Efectivo ✓ Programa Inefectivo 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Programa Efectivo (La actuación preventiva será efectivo al incrementarse al menos en un nivel que puede ser de regular a bueno) ✓ Programa Inefectivo (La actuación preventiva es deficiente) 	Cualitativo Nominal
Actuación preventiva en caso de sismo	La actuación es que realizar durante un sismo en la que incluye mantener la calma, tranquilizar a los que en ese momento estén contigo, Alejarse de las ventanas y	✓ Pre test y Pos Test	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Simulacro de ✓ Mochilas emergencia de ✓ Identificación de zona segura 	Efecto Del P.E en la Actuación Preventiva en Desastres. <ul style="list-style-type: none"> ✓ Bueno: 16 - 20 ✓ Regular: 11 -15 ✓ Deficiente: 0 -10 	Cualitativo Ordinal

	escaleras, Ubicarse en una zona segura y evacuar si es necesario.				
Actuación preventiva en inundaciones	Es una acción que se realiza cuando estamos ante una situación de fuertes lluvias, por lo cual es importante llevar a cabo una serie de medidas que ayuden no solo a evitar las inundaciones, sino también a minimizar los daños. Además de estar siempre muy pendiente de la previsión del tiempo en tu zona, realizar acciones nos pueden evitar pérdidas innecesarias. ²¹	✓ Pre test y Pos Test	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Rutas básicas de autoprotección ✓ Medidas básicas de autoprotección ✓ Maniobras de primeros auxilios. + 	<p>A.P.D. Sismo</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Bueno: 11 - 14 ✓ Regular: 7 -10 ✓ Deficiente: 0 -6 <p>A.P.D. Inundaciones</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Bueno: 12 - 16 ✓ Regular: 7 -11 ✓ Deficiente: 0 -6 	Cualitativo Ordinal

2.3. Población y Muestra

Probabilístico

- ✓ *Población:* 42 Promotores de Salud que pertenecen al distrito de EL Porvenir.
- ✓ *Muestra:* 35 promotores de salud que pertenecen al distrito de EL Porvenir.

Diseño estadístico de muestreo

$$n = \frac{NZ^2\sigma^2}{(N-1)D^2 + Z^2\sigma^2} =$$

$$n = \frac{(42)(1.96)^2(15)^2}{(42-1)2^2 + (1.96)^2(15)^2}$$

$$n = \frac{(42)(3.84)^2(225)^2}{41(4) + (3.84)^2(225)^2}$$

$$n = \frac{(161.28)(225)}{164 + 864}$$

$$n = 35.29$$

Criterios de selección de muestra

A. Criterio de inclusión:

- ✓ Promotores de salud
- ✓ Promotores de salud que pertenezcan al distrito de El Porvenir.
- ✓ Promotores de salud que asisten al programa educativo.

B. Criterio de exclusión:

- ✓ Promotores de salud que no desean colaborar con el estudio.
- ✓ Promotores de salud que no pertenezcan al distrito de El Porvenir
- ✓ Promotores de salud que no asisten al programa educativo.

2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad

Pre test y Pos test: variable dependiente.

Este cuestionario medirá el conocimiento de los promotores de salud, por medio de 15 ítems; 7 ítems para sismo y 8 ítems para inundaciones.

Se consideró tres niveles de escala para determinar el efecto del programa educativo:

Bueno 22 - 30

Regular 13 - 21

Deficiente 0 -12

Además, se consideró tres niveles de escala para determinar la Actuación Preventiva en Desastres: Sismo e Inundación. Antes y después de la intervención educativa:

A.P.D. Sismo	A.P.D. Inundación
✓ Bueno: 11-14 pts.	✓ Bueno: 12 – 16 pts.
✓ Regular: 7-10 pts.	✓ Regular: 7 – 11 pts.
✓ Deficiente: 0 - 6	✓ Deficiente: 0 – 6 pts.

Prueba piloto:

Con el fin de realizar los ajustes necesarios al instrumento para poder realizar la recolección de datos, se procedió a la aplicación de una prueba piloto a 10 promotores de salud, los cuales no pertenecieron a la población de estudio, pero, cumplen con los criterios de inclusión. Esto nos permitió ajustar la redacción de algunos ítems que pudiesen dificultar su entendimiento y posterior aplicación.

Validez:

Para tal efecto se realizó mediante la aprobación de 3 expertos en el tema, quienes procedieron a revisar los instrumentos dando las correcciones necesarias para su aplicación.

Confiabilidad:

Se aplicó la prueba estadística de T- Student; los resultados dieron un valor de 0,95 a los instrumentos para la valoración del que hacer relacionado a la actuación preventiva en sismo e inundaciones, lo cual significa una confiabilidad aceptable.

2.5. Métodos de análisis de datos

Análisis descriptivo: Se detalló las características de cada una de las variables utilizando tablas estadísticas comparativas. Se emplearon cuadros que permitieron facilitar la comprensión en cada caso, permitiendo así la comprensión que la investigación sea resaltante y comprensible; para ello se determinó la moda.

Análisis inferencial. Para la constatación de las hipótesis se utilizó T-Student de datos relacionados para determinar la efectividad del programa educativo la relación entre las dos variables en estudio con una probabilidad de $p < 0.05$. Para el procesamiento de la información obtenida se utilizó el Paquete Estadístico SPSS versión 22.0 para Windows y Excel.

2.6. Aspectos éticos

La investigación consideró la ética, Santillán Castillo Lorenzo²² manifiesta que implica una reflexión sobre la moral, con una visión a nuestra propia conducta y con el consentimiento informado se explicó a los promotores de salud que la información será enteramente con beneficios académicos y que no se publicara la información si ellos no deseaban, es por ello que se detalla en el consentimiento informado, lo que consiste la investigación, además estuvieron de acuerdo que las imágenes tomas sean publicadas para una mayor visibilidad del trabajo realizado. Aceptando su participación y firmando el consentimiento informado. Anexo N° 3

III. RESULTADOS

TABLA N° 1

Efectividad de un programa educativo en la actuación preventiva en desastres

8.

INDICADOR	PRE TEST		POS TEST	
	N°	%	N°	%
BUENO	30	85.7	35	100
REGULAR	5	14.3	0	0
DEFICIENTE	0	0	0	0
TOTAL	35	100	35	100

Fuente: Instrumento para determinar el efecto de un programa educativo en la actuación preventiva en desastres aplicado a promotores de salud, El Porvenir Trujillo 201

TABLA 2

Actuación preventiva en sismo – antes y después del programa educativo

INDICADORES	PRE TEST		POS TEST	
	N°	%	N°	%
BUENO	30	85.7	35	100
REGULAR	5	14.3	0	0
DEFICIENTE	0	0	0	0
TOTAL	35	100	35	100

Fuente: Instrumento para determinar el efecto de un programa educativo en la actuación preventiva en desastres aplicado a promotores de salud, El Porvenir Trujillo 2018.

TABLA 3

Actuación preventiva en inundaciones – antes y después del programa educativo

INDICADORES	PRE TEST		POS TEST	
	N°	%	N°	%
BUENO	31	88.6	35	100
REGULAR	4	11.4	0	0
DEFICIENTE	0	0	0	0
TOTAL	35	100	35	100

Fuente: Instrumento para determinar el efecto de un programa educativo en la actuación preventiva en desastres aplicado a promotores de salud, El Porvenir Trujillo 2018.

PRUEBA DE HIPOTESIS

TABLA 4

Prueba T- Student para evaluar en qué medida la aplicación del Programa Educativo tiene efecto positivo en la actuación preventiva en desastres con promotores de salud. El Porvenir Trujillo 2018

		Diferencias emparejadas			t	gl	Sig. (bilateral)
		Media	Desviación estándar	Media de error estándar			
Actuación Preventiva	Pre - Post	-6.70	9.746	1.38	-4.861	49	0.000

Fuente: Cuestionario sobre actuación preventiva en desastres con promotores de salud

IV. DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos en la investigación son positivos; en la Tabla 1 se observan los resultados del pre test y post test donde se determina el efecto del programa educativo en la actuación preventiva en desastres, aplicados en el pre y post test, tenemos como resultado, una disminución en el nivel Regular pasando de 14.3% a 0% y evidenciándose un aumento en el nivel Bueno de 85,7% a 100% , esto quiere decir que el programa educativo tiene **efecto** positivo porque la actuación preventiva en desastre mejoro incrementando el porcentaje al nivel superior, que fue de regular a bueno comprobándose la hipótesis N° 1 del trabajo de investigación

En relación a la tabla 2, se evidencia mejora en la actuación preventiva en caso de sismo, el nivel bueno se incrementó alcanzando un 85.7%, demostrando que los promotores de salud después de la intervención educativa tiene una actuación preventiva en sismo, efectiva, cumpliendo con el primer objetivo específico.

Así mismo en relación a la actuación preventiva en caso de inundaciones, en la tabla 3, se evidencia una disminución en el nivel Regular pasando de 11.4% a 0% y evidenciándose un aumento en el nivel Bueno de 88,6% a 100%, demostrando que los promotores de salud después de la intervención educativa tiene una actuación preventiva en inundaciones, efectiva, cumpliendo con el segundo objetivo específico.

Según los datos que se obtuvieron en el trabajo de investigación podemos determinar que la teoría del Modelo de Promoción de la Salud de Pender N. el cual identifica en el individuo: factores cognitivos-preceptuales que son modificados por las características situacionales, personales e interpersonales, da como resultado la participación en conductas favorecedoras de la salud¹⁴.

Ello permite que los promotores al no ser personal de salud, preparándolos adecuadamente, potenciar el conocimiento y que contribuyan en la descentralización de los conocimientos de salud en desastres, modificando estas características situacionales y conceptuales evidenciadas en el pre test y posteriormente en el pos test, contribuyendo como agentes que favorezcan la intervención informada y activa en la actuación preventiva en desastres en sismo e inundaciones, favoreciendo las conductas dentro de la propia comunidad, en un trabajo en conjunto con los profesionales de salud.

Además, también tiene relación con la Teoría del aprendizaje significativo de David Ausubel, en la cual se detalla que anteriormente se consideraba que el aprendizaje era sinónimo de cambio de conducta, sin embargo en la actualidad no es así, el aprendizaje no es un simple cambio de conducta, más bien es el que va a propiciar un cambio en la experiencia del ser humano¹⁶.

En por ello que habiéndose suscitado dentro de la población del porvenir desastres naturales y siendo parte de ellos los promotores de salud, el programa educativo propicia un aprendizaje significativo sobre los eventos suscitados en la población; el programa educativo permitirá contribuir sobre la experiencia, un actuar adecuado dentro de la población, permitiendo de esta manera contar con un apoyo significativo del tema tratado dentro de la comunidad.

También es importante saber que un aprendizaje será significativo cuando los contenidos impartidos no son de manera tan estática y rígida al pie de la letra, sino es aprovechar lo que ya sabe y lograr que fije ese conocimiento y lo relacione con aquello que requiera aprender¹⁶.

Es así que cuando se aplicó el pre test, los resultados obtenidos señalan que los promotores de salud, conocían parte del tema en desastres, es así que después de aplicado el programa educativo (P.E.) de manera didáctica con demostración y re demostración, hemos podido fijar los conocimientos existentes y aprendidos durante en el desarrollo, logrando una internación de los saberes previos con el conocimiento adquirido, generando de esta manera práctica en actividades preventivas de emergencias y desastres y así permitir su desarrollo para beneficio de la comunidad.

Medina Y, López E⁵, en su un estudio: “Papel de la universidad para elevar la preparación de la población ante la ocurrencia de desastres”; desarrollaron un conjunto de actividades educativas que contribuyeron a la mejora de los conocimientos en desastres dentro la población; es semejante al trabajo del autor en mención porque también se utilizaron herramientas educativas que contribuyeron a la preparación de los promotores obteniendo resultados positivos, y de esta manera, promover una cultura preventiva, coincidiendo también con el autor, que los actores sociales involucrados como son los promotores de salud, planificando una preparación continúa y significativa, permitirá promover dentro de la población, una cultura de prevención.

Aguirre D, Orbegoso W, Rojas M⁶, realizo un estudio y determino la relación entre el nivel de conocimiento con las actitudes frente a los desastres naturales. Obteniendo un nivel de bueno y regular con las actitudes positivas para la participación en simulacros, elaborando un diseño de plan de emergencia, y ejecutándolo ante posibles desastres naturales; estoy de acuerdo con el autor porque también se obtuvo un nivel bueno en la actuación preventiva en los promotores de salud.

Además coincidimos con el autor, que diseñando y aplicando un programa educativo, se incrementó el conocimiento en la actuación preventiva de los promotores de salud en emergencia y desastre, considerando de esta manera al igual que el autor, la importancia que tiene la educación como herramienta para la reducción de riesgos en desastres.

En la tabla 4, se puede apreciar en qué medida el programa educativo puede tener efecto en la actuación preventiva en desastres con promotores de salud, encontrándose una T – student de -4.861 con una significancia de 0.000 ($p < 0.05$). Lo que nos indica que la hipótesis de que el Programa Educativo tiene efecto positivo en la actuación preventiva en desastres con promotores de salud. El Porvenir Trujillo 2018, ha sido demostrado con un nivel de confianza del 95%.

V. CONCLUSIONES

1. El programa educativo tuvo un efecto positivo mejorando la actuación preventiva de los promotores de salud en desastres en caso de sismos e inundaciones El Porvenir Trujillo 2018.
2. En cuanto a la actuación preventiva en desastres: sismos antes y después de la intervención educativa con promotores de salud, se evidenció que el 100% obtuvo una actuación buena.
3. En la actuación preventiva en desastres: inundaciones antes y después de la intervención educativa con promotores de salud, se evidenció que el 100% obtuvo una actuación buena

VI. RECOMENDACIONES

1. Promover estrategias educativas por parte del profesional de enfermería en la comunidad en riesgo para el mejoramiento de la actuación preventiva antes y durante los desastres.
2. Es indispensable que el profesional de enfermería trabaje en conjunto con las organizaciones ante los desastres para una mejor actuación ante los problemas de salud.
3. Sensibilizar a los promotores de salud, comunidad y demás entorno a través de un equipo de salud, para difundir la importancia de la actuación correcta ante y durante los desastres.
4. Difundir los resultados obtenidos para que la población conozca, explore e identifique los factores que condicionan el éxito de la prevención de los desastres, de tal manera permitirá orientar mejor las intervenciones futuras en salud conllevando a disminuir la probabilidad de daños tanto físico, materiales y sobre todo de salud en nuestra región.

VII. REFERENCIAS

1. Instituto Nacional De Defensa, manual básico para la estimación del riesgo, 2006, [acceso 29 de marzo de 2018];1

Disponible en:
http://sinpad.indeci.gob.pe/UploadPortalSINPAD/man_bas_est_riesgo.pdf

2. Carcelén C, desastres en la historia del Perú: climas, terremotos y epidemias en lima durante el ciclo XVIII, Revista UNSM, [revista en internet] 2011 [acceso 29 de marzo de 2018]; 15

3. INGEMEMMENT, inundaciones y huacos en la costa norte: causa y efectos, [revista en internet] 2017 [acceso 29 de marzo de 2018]

Disponible en: <http://www.ingemmet.gob.pe/-/inundaciones-y-huacos-en-la-costa-norte-causas-y-efectos>

4. UNTFHS Proyecto, Desastres naturales en el Perú: de la limitación de daños al manejo y prevención de riesgo [revista en internet], [acceso 29 de marzo de 2018]

Disponible en:
<http://sinpad.indeci.gob.pe/UploadPortalSINPAD/UNTFHS%20Documento%20de%20Proyecto%20-%20Desastres%20naturales%20en%20el%20Peru.pdf>

5. Medina Y, López E, Papel de la Universidad para elevar la preparación de la población ante la ocurrencia de desastres, EduSol [revista en internet] 2015 julio - septiembre. [acceso 11 de febrero de 2018]; 15.

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=475747193010>

6. Aguirre D, Orbezo W, Rojas M, Determinar la relación entre el nivel de conocimiento con las actitudes frente a los desastres naturales de los pobladores mayores de 18 años de la localidad de Huayopampa, Huánuco, 2015, Renati, [revista en internet] 2015 enero - diciembre. [acceso 26 de febrero de 2018].

Disponible en: <http://www.renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/162830>

7. Roque Y, Criollo A, Recino U, Gafas C, Barahona D, La educación continuada en el proceso de reducción de desastres: experiencias cubanas, Política y Cultura, [revista en internet] 2016. [acceso 11 de febrero de 2018]; 45.

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=26745428002>

8. Morales N, Medicina de Emergencias: los últimos 50 años, Acta Medica Peruana, [revista en internet] 2003 octubre – diciembre. [acceso 10 de febrero de 2018]; 3(4).

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=96634184008>

9. Pérez L, Desastres Climáticos: anticiparse para reducir el riesgo, Revista de Investigaciones Agropecuarias, [revista en internet] 2015 diciembre. [acceso 10 de febrero de 2018]; 41(3).

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=86443147003>

10. Chirino Y, Clemente R, Sistemas de Alerta Temprana Escolar en caso de inundaciones en la parroquia Panaquire, estado Miranda. Una propuesta educativa ambiental en gestión de riesgo, Revista de Investigación, [revista en internet] 2014 mayo - agosto. [acceso 15 de febrero de 2018]; 38 (82).

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=376140397007>

11. Hjar G, Bonilla C, Munayco C, Gutiérrez E, Ramos W, fenómeno el niño y desastre naturales: intervención en la salud pública para la preparación y respuesta. Revista Peruana de medicina Experimental y Salud publica [revista en internet] 2016. [acceso 19 de febrero de 2018]; 33(2).

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=36346797016>

12. Moreno O, Paisajes en emergencia: transformación, adaptación, resiliencia, INVI, [revista en internet] 2015. [acceso 11 de febrero de 2018]; 15 (30).

Disponible en: <http://www.revistainvi.uchile.cl/index.php/INVI/article/view/978/1187>

13. Torroja M, Estrategia internacional para la seguridad humana en los desastres naturales. Araucaria, revista Iberoamericana de Filosofía, Política y humanidades [revista en internet] 2016 julio – Diciembre. [acceso 19 de febrero de 2018]; 18(36).

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28248171012>

14. Berman A, Snyder S. Fundamentos de Enfermería. 9na ed. Pearson Educación S.A. España: 2013

15. Aristizábal P, Blanco D, Sánchez A, Ostiguín R, El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. Enfermería Universitaria [en línea] 2011, 8 (Octubre-Diciembre) : [Fecha de consulta: 29 de marzo de 2018]

Disponible <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=358741840003>> ISSN 1665-7063

16. Novak A, Psicología Educativa: Un punto de vista cognoscitivo .2º Ed. TRILLAS México, 1983

17. García V, Medidas de control epidemiológico en comunidades afectadas por inundaciones, Revista EIRD, [revista en internet] 2002 [acceso 29 de marzo de 2018]; 6

Disponible en:
http://cidbimena.desastres.hn/docum/crid/EIRDInforma/esp/revista/No6_2002/art13.htm

18. Informe de situación de salud #5 OPS/OMS (22 Agosto 2007) [acceso 29 de marzo de 2018];

Disponible en:
http://www.paho.org/disasters/index.php?option=com_docman&view=download&category_slug=peru&alias=1508-informe-terremoto-peru-ops-22-de-agosto-de-2007&Itemid=1179&lang=es

19. Taboada M, Ciencias Aplicadas, diseño y análisis de experimentos, 1 Ed. EDUNT-editorial Universidad Nacional de Trujillo

20. Pérez J., Merino M, Definición de programa educativo, Publicado: 2013. Actualizado: 2015.

Disponible en: (<https://definicion.de/programa-educativo/>)

21. Plan nacional de prevención y desastres, tomo 1, Publicado 15 enero www.sinpad.indeci.gob.pe

22. Santillán L, Ética general. Fondo editorial Ciencias de la comunicación. 1 ed. enero 2003.

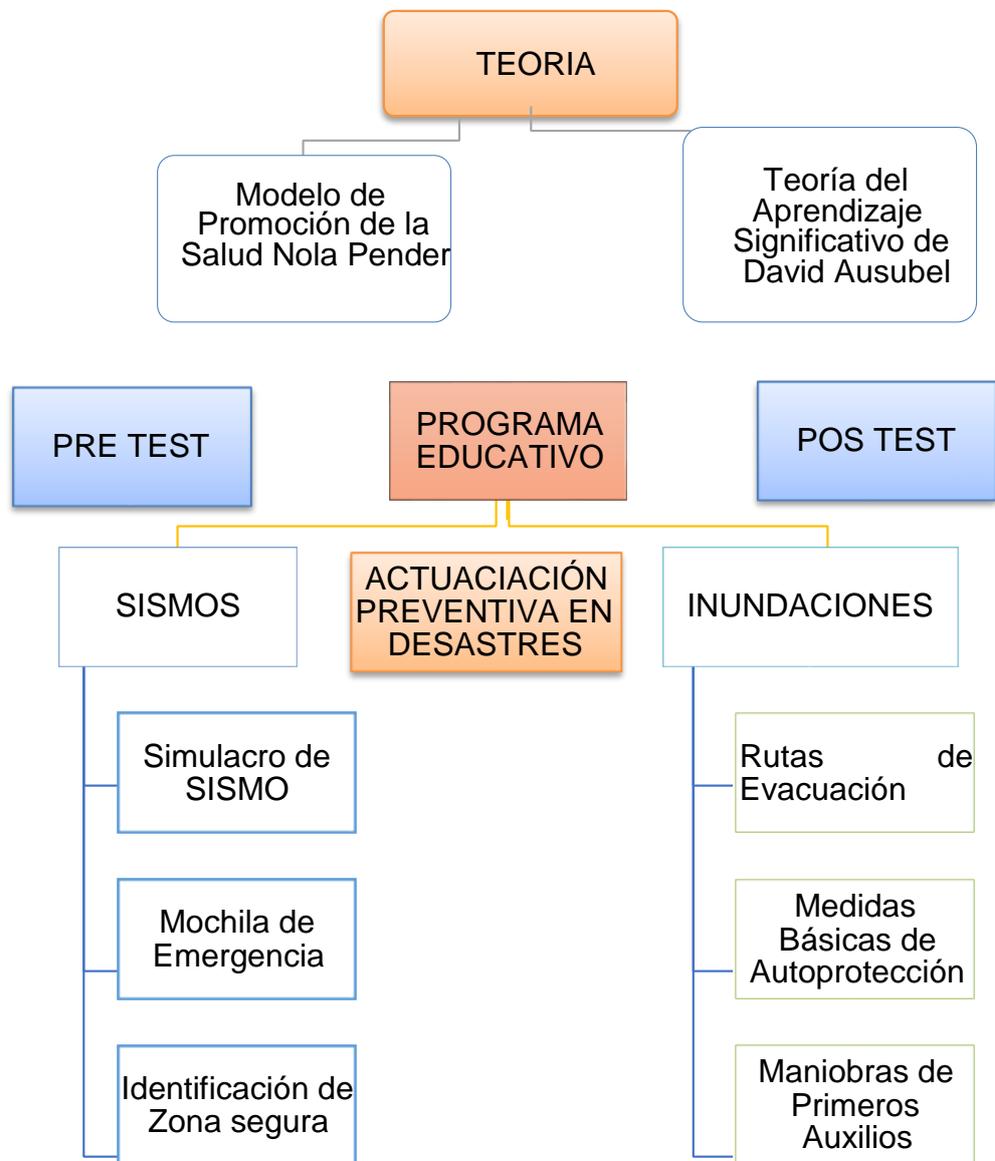
VIII. ANEXOS

Anexo N° 1. Realidad Problemática



Anexo N° 2

Esquema de la Teorías que Fundamentan el Estudio



Elaborado por: Cristian Uceda Pérez

Anexo N° 3

Consentimiento informado

**UNIVERSIDAD PRIVADA CESAR VALLEJO
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

CONSENTIMIENTO INFORMADO

**“Efecto de un programa educativo en la actuación preventiva en
desastres con promotores de salud El Porvenir Trujillo 2018”**

El presente estudio busca determinar el efecto de un programa educativo en la actuación preventiva en desastres con promotores de salud, El Porvenir Trujillo, para así poder buscar las estrategias necesarias para realizar una actuación oportuna ante los desastres naturales y contribuir a disminuir los daños en la salud, materiales y económicos, causados por estos desastres.

Cabe resaltar que los datos solo se utilizarán para fines del estudio y académicos, de manera confidencial por lo que solo será utilizado por los investigadores.

Asimismo, este estudio no representará ningún riesgo ni costo para usted. Si usted acepta participar, le solicitamos que firme este documento como prueba de su consentimiento, lo cual nos indica que usted está apto para participar voluntariamente. Para ello, se le realizará un cuestionario de 10 preguntas relacionadas con desastres (sismos e inundaciones), por la cual se le aplicará una lista de cotejo para valorar si está realizando una buena, regular o deficiente actuación preventiva en desastres (sismos e inundaciones).

Además si tuviera alguna duda con relación al desarrollo de los instrumentos, puede formular las preguntas que considere pertinentes, así como también finalizar su participación en caso de sentir incomodidad frente a la formulación de algunas preguntas, y poner en conocimiento a las personas a cargo de la investigación, absteniéndose de responder.

Firma del participante

Anexo N° 4

Instrumentos de recolección de datos

UNIVERSIDAD PRIVADA CESAR VALLEJO FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

“Efecto de un programa educativo en la actuación preventiva en desastres con promotores de salud El Porvenir Trujillo 2018”

Presentación

Estimado (a) señor (a), se solicita su colaboración para responder el siguiente cuestionario en la cual se realizó con el objetivo de conocer su conocimiento con respecto a los desastres (sismos e inundaciones), lo cual se efectuará de manera confidencial, así como la obtención de los resultados.

I. Instrucciones

A continuación, se presenta una serie de preguntas relacionadas con los desastres (sismos e inundaciones), en la cual usted deberá marcar con un aspa (x) solo una alternativa, la que considere correcta.

II. Datos Específicos

PREGUNTAS	BUENO	REGULAR	DEFICIENTE
SISMO			
1. Un sismo es un fenómeno que se produce por un rompimiento de la corteza terrestre.			
2. Un simulacro de sismo es una práctica sobre como se debe actuar en caso de un sismo.			
3. La preparación y respuesta antes de un sismo incluye, que cada miembro de la familia sepa qué hacer en caso de sismo.			
4. La preparación y respuesta durante un sismo incluye, conservar la calma.			
5. La preparación y respuesta después de un sismo incluye, usar el teléfono únicamente para llamadas de emergencias y encender la radio para enterarte de los daños.			

6. La mochila de emergencia contiene: Artículos de higiene, botiquín, bebidas, alimentos no perecibles, abrigo, dinero, radio y linterna.			
7. La identificación de zona segura se refiere al lugar que se encuentra fuera del área de peligro y donde la población se puede refugiar de manera temporal.			
INUNDACIÓN			
8. Una inundación es el desborde lateral de las aguas de los ríos, lagos y mares			
9. Durante una inundación, si la situación lo amerita o las autoridades lo indican, evacuar lo antes posible.			
10. Después de la inundación, no regresar a la casa hasta que las autoridades indiquen que lo puede hacer.			
11. Una medida de autoprotección es señalar e identificar los lugares de riesgo.			
12. Para controlar la hemorragia primero se debe hacer presión directa.			
13. La inmovilización de la fractura es para prevenir complicaciones.			
14. El RCP Básico lo puede realizar cualquier persona capacitada.			
15. El desmayo consiste en la pérdida del conocimiento de una forma breve, superficial y transitoria.			

Anexo N° 5

BAREMO

Se consideró tres niveles de indicadores para determinar el efecto del programa educativo en la actuación preventiva en desastres:

- ✓ Bueno 22 – 30 ptos.
- ✓ Regular 13 - 21 ptos.
- ✓ Deficiente 0 -12 ptos.

Se consideró 3 niveles de indicadores para determinar actuación preventiva en desastre (A.P.D.) Sismo:

- ✓ Bueno: 11-14 ptos.
- ✓ Regular: 7-10 ptos.
- ✓ Deficiente: 0 – 6 ptos.

Se consideró 3 niveles de indicadores para determinar actuación preventiva en desastre (A.P.D.) Inundaciones:

- ✓ Bueno: 12 – 16 ptos.
- ✓ Regular: 7 – 11 ptos.
- ✓ Deficiente: 0 – 6 ptos

Anexo N° 6



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

“PROMOTORES EN ACCIÓN”



Autor

Uceda Pérez, Cristian

TRUJILLO – PERÚ

2018

SESIÓN DE APRENDIZAJE

I. DATOS GENERALES

1. **Nombre de la actividad:** "Actuación y prevención"
2. **Tema:** "Sismo"
3. **Dirigido a:** Promotores de salud del porvenir
4. **Duración:** 45 minutos
5. **Fecha:** 14/04/2018
6. **Responsables:**
 - ✓ Uceda Pérez, Cristian

II. PROBLEMA:

Fortalecimiento de conocimiento a los promotores de salud para una actuación preventiva en caso de sismo

III. COMPETENCIA:

3.1. CONTENIDOS:

- ✓ Definición de sismo
- ✓ Simulacro de sismo.
- ✓ Preparación y respuesta (Antes, durante y después del sismo)
- ✓ Mochila de emergencia.
- ✓ Identificación de zona segura

3.2. CAPACIDADES

- ✓ Define con sus propias palabras que es sismo
- ✓ Señala los pasos para un simulacro de sismo.
- ✓ Identifica las pautas para la preparación y respuesta (Antes, durante y después del sismo)
- ✓ Reconoce los elementos Mochila de emergencia.
- ✓ señala e identificación de zona segura

3.3. ACTITUDES

Los promotores de salud demuestran participación activa, reflexiva y con responsabilidad durante el desarrollo de la sesión de aprendizaje desarrollado

ESTRATEGIA METODOLÓGICA

MOMENTOS	ESTRATEGIAS	RECURSOS	TIEMPO	INDICADORES DE LOGRO
MOTIVACIÓN	<p>Se iniciará la sesión haciendo la presentación de un video titulado: “Destrucción de Ica” en donde se despertará el interés de los promotores y se tratará de persuadir el tema a tratar.</p> <p>Los participantes tendrán que identificar el tema a tratar.</p> <p>Se realiza las siguientes preguntas motivadoras</p> <p>¿Qué observan en él video?</p> <p>¿Por qué creen ustedes que se dio esa situación que se presenta en el video?</p> <p>¿Cuál creen que es el tema a tratar?</p> <p>Finalmente se señalará las capacidades y actitudes a desarrollar en esta sesión de aprendizaje.</p>	<p>Recursos humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Facilitadores - Promotores - Palabra. <p>Recursos logísticos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -computadora 	5 min	<p>Nº de promotores de salud que identifican el tema a tratar y muestran interés.</p> <p>Nº de promotores de salud que respondan a interrogantes en forma asertiva.</p>
BÁSICO	<p>Se utilizará la técnica de exposición dialógica mediante un Portafolio.</p> <p>✓ Lluvia de ideas: Para desarrollar y fortalecer los conocimientos por cada intervención que se realizará.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - cartulinas - plumones - dibujos - goma 	25 min	Nº de promotores de salud que participan con conocimientos y experiencias previas acerca del tema a tratar.

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Hacer que los promotores de salud elaboren su propio aprendizaje. 			
PRÁCTICO	<p>Se realizará la técnica “Encontrando los elementos de la mochila de emergencia” en donde se buscarán los elementos apropiados que corresponden en la mochila de emergencia y esto ayudara a los promotores de salud a identificar y reconocer los elementos apropiados.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Facilitadores -Promotores de Salud - Palabra 	7 min	Nº de Promotores de Salud que participan activamente en la re demostración de las técnicas correctas en el reconocimiento de los elementos de la mochila de emergencia.
EVALUACIÓN	<p>Se realizará la técnica “el globo bailarín “en donde se colocará música y se pasará el globo por los distintos promotores de salud y donde se quede el globo la persona responderá a una pregunta planteada.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ ¿Qué es sismo? ✓ ¿Qué es Simulacro de sismo? ✓ ¿Menciona los pasos para una preparación y respuesta (Antes, durante y después del sismo)? ✓ ¿Qué es Mochila de emergencia y menciona sus elementos? ✓ Identificación y reconoce la zona segura de la casa. 	<ul style="list-style-type: none"> -globos - papelititos - palabra - premios 	5 min	Nº de Promotores de Salud que responden todas las preguntas de acuerdo a las capacidades propuestas, teniendo en cuenta la técnica utilizada.

	Se reforzará y retroalimentará en conjunto entregará un premio a los participantes.			
EXTENSIÓN	Se realizará la técnica identificación de zona segura, donde los Promotores de Salud reconocerán y mencionaran cuales son las zonas seguras en el ambiente de donde se encuentran comprometiéndose a realizar la identificación con la comunidad. Se entregará una lámina alusiva al tema.	-Facilitadoras -Promotores de Salud -papel crepe	3 min	Nº de Promotores de Salud que asumen los compromisos acordados en la sesión educativa, para aprender a actuar de manera preventiva en los casos de sismo.

CONTENIDO DEL TEMA

SISMO

I. Definición.

Un sismo es un fenómeno que se produce por un rompimiento en la cubierta rígida del planeta llamada corteza terrestre. Como consecuencia se producen vibraciones que se propagan en todas direcciones que percibimos como una sacudida o un balanceo con duración e intensidad variable.

Como se miden los sismos.

✓ intensidad.

Se refiere al efecto que produce un temblor en el suelo, las construcciones y el ser humano. El valor de la intensidad depende del lugar en que se mida y se expresa con números utilizando la escala de Mercalli. (I, II, III.....XII)

✓ Magnitud.

Es una medida de la cantidad de energía liberada durante el temblor y a diferencia de la intensidad su valor es único. La magnitud se indica con números arábigos utilizando mayormente la escala de Richter (1, 3, 5, 8, 8.1, etc.)

Como reducir los daños en las construcciones

✓ La herramienta más útil para para reducir el riesgo del sismo en las grandes concentraciones urbanas es la buena calidad de la construcción

✓ Una medida para lograrlo es que cuenten con reglamento de construcción adecuados para el tipo de suelo y la ejecución de una obra y la probabilidad de que se tengan daños y víctimas se reduce considerablemente.

Simulacro de sismo.

Un simulacro es un ensayo o práctica sobre cómo se debe actuar en caso de un sismo.

Ventajas.

- ✓ Comprueba con anticipación si las acciones de preparación son eficientes.
- ✓ Estar bien entrenados para actuar correctamente ante una emergencia o desastre
- ✓ Fomentar la cultura de la protección civil entre los miembros de la familia y la comunidad.

Los pasos a realizar en un simulacro para casos de Sismo son los siguientes:

- ✓ Imaginar algunas situaciones de emergencia probable en tu hogar y localidad.
- ✓ Fijar responsabilidades a cada uno de los miembros de la familia.
- ✓ Emitir la voz de alarma.
- ✓ Interrumpir inmediatamente las actividades y desconectar los interruptores de gas, electricidad y agua que estén funcionando
- ✓ Repliegue hacia las zonas de seguridad previamente identificadas hasta que termine el sismo.
- ✓ Recorrer las rutas correspondientes.
- ✓ Conducirse con orden. No corras, No empujes, No grites.
- ✓ Llegar al punto de reunión convenido.
- ✓ Revisar que nadie falte y que todos se encuentren bien.
- ✓ Evaluar los resultados y ajustar los tiempos y movimientos

Preparación y respuesta

Antes:

- ✓ Con tu familia En el hogar:
 - Prepara un plan para enfrentar los efectos sísmicos.
 - Periódicamente organiza simulacros, con el objeto de que cada miembro de la familia sepa qué hacer y acuerden un lugar de reunión en caso de sismo.
 - Procura que todos porten identificación, especialmente los niños, ancianos y personas con discapacidades, de preferencia con número telefónico y tipo de sangre.
 - Es conveniente que conozcas la profesión o actividad laboral de tus vecinos, por si llegaras a necesitar ayuda.
- ✓ En tu área de trabajo:
 - Solicita a la Unidad Interna de Protección Civil la práctica de simulacros y la capacitación para tareas específicas en caso de emergencia.

Identifica

- ✓ Lugares más seguros del inmueble, preferentemente con la asesoría de un ingeniero civil o arquitecto.
- ✓ Salidas principales y alternas.
- ✓ Comprueba que las salidas y los pasillos estén siempre libres de obstáculos y operen correctamente.

Durante:

- ✓ Conserva la calma.

- ✓ No permitas que el pánico se apodere de tí. Tranquiliza a quienes estén a tu alrededor.
- ✓ Dirígete a los lugares de menor riesgo previamente seleccionados. Con ambas manos cúbrete la cabeza y colócala junto a las rodillas.
- ✓ No uses elevadores ni escaleras.
- ✓ Aléjate de objetos que puedan caerse, deslizarse o romperse.
- ✓ Si es posible, cierra las llaves del gas, baja el interruptor principal de la electricidad y evita encender cerillos y/o cualquier fuente de posible incendio.
- ✓ En lugares públicos y con muchas personas (cines, teatros, estadios, salones de clase):
 - No grites, no corras, no empujes. Sal serenamente si la salida no está congestionada; en caso contrario, permanece en tu propio asiento, colocando los brazos sobre la cabeza y bajándola hacia las rodillas. Si puedes, métete debajo de la silla o la mesa.
 - No te apresures a salir. El sismo dura sólo algunos segundos. Es posible que termine antes de que lo hayas logrado.

Después

- ✓ Efectúa una verificación de los posibles daños de la casa.
- ✓ Si es necesario, haz uso del lugar de reunión familiar previamente establecido para saber dónde está cada quién.
- ✓ NO hagas uso del inmueble si presenta daños.
- ✓ NO enciendas cerillos, velas, aparatos de flama abierta o aparatos eléctricos, hasta asegurarte de que no haya fuga de gas y en su caso repórtalas.
- ✓ Efectúa una verificación de los posibles daños de la casa.
- ✓ Si es necesario, haz uso del lugar de reunión familiar previamente establecido para saber dónde está cada quién.
- ✓ NO hagas uso del inmueble si presenta daños.
- ✓ NO enciendas cerillos, velas, aparatos de flama abierta o aparatos eléctricos, hasta asegurarte de que no haya fuga de gas y en su caso repórtalas.
- ✓ Usa el teléfono únicamente para llamadas de emergencias, enciende el radio para enterarte de los daños y recibir información. Colabora con las autoridades.
- ✓ Prepárate para futuros sismos (llamados réplicas). Las réplicas tienen menor intensidad que la sacudida principal, pero pueden ocasionar daños adicionales.
- ✓ Aléjate de los edificios y zonas dañadas.

Tener a la mano:

Mochila de emergencia.

Nadie sabe en qué momento puede ocurrir un terremoto. Un movimiento telúrico no avisa el día y la hora por lo que es importante siempre mantener una cultura de prevención. Dentro de ello, se puede destacar la preparación de una 'mochila de supervivencia', llamado también 'combo de la supervivencia', con artículos indispensables para sobrevivir a las primeras 24 horas de ocurrido el sismo y Colocar en un lugar de fácil alcance durante la evacuación.

Contiene:

- ✓ Artículos de higiene:
 - Gel antibacterial (1)
 - Papel Higiénico (2)
 - Toallas de cara o mano (4)
 - Paquete de paños húmedos (1)
- ✓ Botiquín:
 - Botiquín de primeros auxilios
- ✓ Bebidas y alimentos no perecibles:
 - Comida enlatada (2)mínimo
 - Paquete de galletas de agua (2)
 - Agua embotellada sin gas de ½ litro (4)
 - Chocolate en barra (2)
- ✓ Abrigo:
 - Manta polar
 - Pantuflas
- ✓ Dinero:
 - En monedas (lo necesario para realizar algunas llamadas o hacer compras si es posible)
- ✓ Comunicación:
 - Linterna y baterías (1)
 - Radio portátil (1)
 - Silbato (1)
 - Agenda de teléfonos de emergencia (1)
 - Útiles para escribir (1 juego)
 - Plumón grueso (1)
- ✓ Diversos:

- Bolsas de plástico resistente (10)
- Cuchilla multipropósito (1)
- Guantes de trabajo (1)
- Cuerdas de poliéster (7mts)
- Encendedor (1)
- Plástico para piso o techo (3m²)
- Cinta adhesiva multiusos (1)
- Petete “alfombra de paja o tela” (1)
- Mascarilla (2)

Identificación de zona segura

Se refiere al lugar que se encuentra fuera del área de peligro y donde la población se puede refugiar de manera temporal hasta que las autoridades indiquen que ha pasado el peligro o hasta la movilización hacia los albergues temporales. En algunos casos puede ser posible que las zonas seguras se conviertan en albergues temporales.

Para su identificación se consideraron aspectos como:

- ✓ Zona fácil de acceder por la población, la misma que esté ubicada en zona segura.
- ✓ Libre de obstáculos, tales como: cables de alta tensión, presencia de paneles publicitarios en mal estado, obstrucción de las vías por comerciantes u otros.
- ✓ Cantidad de población que se quiere evacuar.

En casa

En el caso de un sismo, se recomienda ubicarse en sitios estructuralmente más resistentes (columnas o muros de carga, marcos de puertas) y alejados de objetos que puedan caer encima (armarios, estanterías, lámparas).

Sabrás si un muro es firme cuando al golpearlo no suena hueco. Existe una teoría denominada el **Triángulo de la Vida** que recomienda situarse junto a muebles robustos como mesas, camas y sillones porque en caso de que una pared se venga abajo se generará un espacio, como una especie de tejado, en el que poder resguardarse.

Si te encuentras en un pasillo, un pilar o el marco de una puerta (sin cristal) siéntate en el suelo, con las piernas levantadas y flexionadas para **proteger el cuerpo y cubrir tu cabeza** con las manos o, mejor aún, con un cojín, casco o cualquier otro objeto.

II. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. INSTITUTO NACIONAL DE DEFENSA CIVIL (INDECI), “Identificación de rutas de evacuación y zonas seguras ante tsunamis”, [En línea] enero 2015 (citado 27 de junio 2017). disponible en:
<https://www.indeci.gob.pe/objetos/secciones/Mg==/MjUz/lista/ODg2/201710241613271.pdf>
2. Sistema nacional de protección civil, “Sismo”, [En línea] diciembre 2007 (citado 27 de junio 2017). disponible en:
http://www.proteccioncivil.gob.mx/work/models/ProteccionCivil/Resource/377/1/images/folleto_s.pdf

SESIÓN DE APRENDIZAJE

I. DATOS GENERALES

Nombre de la actividad: “Una sola Fuerza”

Tema: “Inundaciones”

Dirigido a: Promotores de Salud

Duración: 45 minutos

Fecha: 21/04/2018

Responsables:

❖ Uceda Pérez, Cristian

II. PROBLEMA:

Desconocimiento de la familia sobre la enfermedad que sufre la madre, la importancia de hacer ejercicio diariamente y de una alimentación saludable.

III. COMPETENCIA:

IV. CONTENIDOS:

- ❖ Definición de Inundaciones
- ❖ Rutas de Evacuación
- ❖ Medidas básicas de Autoprotección
- ❖ Maniobra de Primeros Auxilios: heridas, fracturas, desmayo, Rcp Básico.

V. CAPACIDADES

- ❖ Define con sus propias palabras que son inundaciones.
- ❖ Identifican las rutas de evacuación
- ❖ Identifica las medidas básicas de autoprotección: antes, durante y después.
- ❖ Realiza las maniobras de primeros auxilios: heridas, fracturas, desmayo, Rcp Básico.

VI. ACTITUDES

Promotores de Salud demuestra participación activa, reflexiva y con responsabilidad durante el desarrollo de la sesión de aprendizaje.

ESTRATEGIA METODOLÓGICA

MOMENTOS	ESTRATEGIAS	RECURSOS	TIEMPO	INDICADORES DE LOGRO
MOTIVACIÓN	<p>Se iniciará la sesión haciendo la presentación de un video de los eventos suscitados por el niño costero en 2017.</p> <p>Los participantes tendrán que identificar el tema a tratar. Seguidamente se realizarán las siguientes preguntas motivadoras</p> <p>¿Qué observan en el video?</p> <p>¿Por qué creen ustedes que se dio esa situación?</p> <p>¿Cuál creen que es el tema a tratar?</p> <p>Finalmente se señalará las capacidades y actitudes a desarrollar en esta sesión de aprendizaje.</p>	<p>Recursos humanos:</p> <p>-</p> <p>Facilitadores</p> <p>- Promotores</p> <p>- Palabra.</p> <p>Recursos logísticos :</p> <p>-computadora</p> <p>-cañón multimedia</p>	5 min	<p>Nº de Promotores de la familia que identifican el tema a tratar y muestran interés.</p> <p>Nº de Promotores que respondan a interrogantes en forma asertiva.</p>

<p>BÁSICO</p>	<p>Se utilizará la técnica de exposición dialógica mediante diapositivas.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Lluvia de ideas: Para desarrollar y fortalecer los conocimientos por cada intervención que se realizará. ✓ Hacer que la familia elabore su propio aprendizaje. 	<ul style="list-style-type: none"> -computadora -cañón multimedia 	<p>25 min</p>	<p>Nº de Promotores que participan con conocimientos y experiencias previas acerca del tema a tratar.</p>
<p>PRÁCTICO</p>	<p>Se realizará la Redemonstración, donde los promotores realizaran un simulacro ejecutando y explicando las rutas de evacuación, las medidas básicas de autoprotección (antes, durante y después) y maniobras de primeros auxilios (heridas, fracturas, Maniobra de Heimlich desmayo, Rcp Básico).</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Facilitadores - Promotores - Palabra -Gasa. -Maderas -Vendas Elásticas. -Puntas de tela 	<p>7 min</p>	<p>Nº de Promotores que participan activamente en la redemonstración de las rutas de evacuación, medidas básicas de autoprotección antes durante y después y aplica correctamente las maniobras de primeros auxilios.</p>

<p>EVALUACIÓN</p>	<p>Se realizará la técnica “el globo bailarín “en donde se colocará música y se pasará el globo por los distintos promotores y donde se quede el globo el promotor explicara y realizará una pregunta planteada por las personas a cargo de la sesión educativa.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ ¿Que son inundaciones? ✓ ¿Mencione las rutas de evacuación? ✓ ¿Cuáles son las medidas básicas de autoprotección: antes, durante y después? ✓ ¿Cómo realiza las maniobras de primeros auxilios: heridas, fracturas, desmayo, maniobra de Heimlich Rcp Básico? <p>Se reforzará y retroalimentará en conjunto entregará un premio a los participantes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Facilitadores - Promotores - Palabra -Gasa. -Maderas -Vendas Elásticas. -Puntas de tela 	<p>5 min</p>	<p>Nº de Promotores que responden todas las preguntas de acuerdo a las capacidades propuestas, teniendo en cuenta la técnica utilizada.</p>
<p>EXTENSIÓN</p>	<p>Se realizara la juramentación en donde se comprometerán a realizar y participar de manera activa en casos de desastre, además de educar al resto de la población.</p> <p>Se entregará diploma.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Facilitadoras -Promotores -Diplomas 	<p>3 min</p>	<p>Nº de Promotores que asumen los compromisos acordados en la sesión educativa, para aprender a actuar frente a una inundación.</p>

INNUNDACIONES

DEFINICIÓN: Una inundación es el desborde lateral de las aguas de los ríos, lagos y mares que cubre temporalmente los terrenos bajos adyacentes. Suele ocurrir en épocas de lluvias intensas, marejadas y en caso de tsunami.

RUTAS DE EVACUACIÓN

RECONOCER EL SITIO DONDE NOS ENCONTRAMOS

- Identificar los materiales del lugar es importante, ya que es una característica que incrementa o disminuye el riesgo al que está expuesta la familia.
- Con relación a la ubicación, hay que analizar los riesgos potenciales, si está ubicada cerca de una quebrada, un río, una acequia, lagunas, mar, redes de gas; si se encuentra cerca de edificaciones en mal estado, rodeada de cables eléctricos que está colgantes y que atraviesan la acera árboles con posibilidad de caerse, entre otros.
- Revisar el estado de las instalaciones eléctricas, de las cañerías, de las paredes, muros, techos, entre otros.
- Hacer un croquis del lugar y sus alrededores.
- Señalar los lugares de riesgo y las recomendaciones para disminuir tal riesgo.
- Marcar los lugares que involucran peligros; tales como paredes inestables, roturas o desniveles en el piso, cables sueltos, desagües sin tapa, macetas, repisas y estantes sin sujetar a la pared, entre otros.

MEDIDAS DE PREVENCIÓN:

ANTES:

Tome nota de los pasos que debe seguir para estar preparado ante una inundación.

- Llenar recipientes con agua limpia, en caso de que el agua de la llave se contamine.
- Mover a un lugar alto los elementos de más valor.

- Identificar una ruta de evacuación, y otras vías alternativas y estar preparado para evacuar.
- Tener a mano el kit para emergencias.
- Ubicar los elementos tóxicos (venenos) en gabinetes cerrados y fuera del alcance del agua.
- Guardar en un buen lugar algo de comida, agua y ropa.
- Colocar documentos importantes en una bolsa de plástico para que no se destruyan con el agua.
- Tener a mano una linterna y asegurarse de que tenga pilas.
- Tener un radio para estar informado acerca de la emergencia y posibles instrucciones.
- Cortar la luz, agua y gas y evacuar si la situación lo amerita o las autoridades así lo indican.

Si está en el exterior:

- Si llega a un área inundada, dar la vuelta y tomar otra dirección.
- Si el auto se detiene o se atasca, abandonarlo de inmediato y subir a un lugar alto.

DURANTE:

- Si la situación así lo amerita o las autoridades lo indican, evacuar lo antes posible.
- Estar atento a las indicaciones que se dan por radio y/o televisión.
- No acercarse a cables ni postes de luz.
- Buscar un lugar más seguro como una escuela o una iglesia.
- Si necesita cambiar de lugar, solo lleve lo necesario.
- No caminar cerca de donde está el agua, pues el nivel puede subir rápidamente.
- No intentar cruzar cauces de ríos, pues el agua lleva muchas cosas como troncos u objetos que pueden golpearlo fuertemente.

DESPUES:

- No regresar a la casa hasta que las autoridades indiquen que lo puede hacer.

- No acercarse a construcciones que es posible se derrumben.
- Limpiar sustancias como medicamentos, y gasolina.
- No tocar ni pisar cables eléctricos caídos.
- No tomar alimentos ni comida que haya sido mojada por el agua de la inundación.
- No movilizar los heridos, es mejor avisar a las personas especializadas para este tipo de ayuda.
- Escuchar la radio o ver la televisión para obtener información sobre la emergencia, y posibles instrucciones de la autoridad a cargo.

DESARROLLAR LA ESTRATEGIA DE ACCIÓN

Ésta debe ser una actividad, en la que igualmente a la anterior, debe participar toda la familia, es parte del Plan Familiar de Emergencia, tener presente que para estar preparados y hacer frente a situaciones de emergencia o desastre, debe ser conocido por todos los miembros de la familia.

En este sentido, el Plan sirve no solamente para saber cómo actuar ante un caso de emergencia o desastres, sino que es una oportunidad para que los miembros de la familia mejoren las condiciones de seguridad en sus hogares, para convertirlo en un sitio seguro para vivir, tales como:

- Reforzar estructuras de la casa. Si tiene dudas al respecto, debe consultar con un ingeniero, un maestro de obras. Reparar instalaciones eléctricas y filtraciones de agua.
- Fijar repisas y muebles altos a la pared y dejar libre de muebles las salidas de evacuación de la casa
- Elaborar la estrategia de acción involucra tener en cuenta:

a) Si podemos quedarnos en el interior del lugar.

- Ubicar los lugares más seguros de la casa, que son aquellos en los que la familia puede estar a salvo en caso de una emergencia o desastres.
- Determinar la o las rutas de evacuación de la casa.

- Hacer simulacros de evacuación familiar, para medir el tiempo que se demora la familia en evacuar.
- Tener presente que si en la familia hay niños pequeños, adultos mayores o personas con discapacidad, se requerirá mayor tiempo, por lo que debe tener presente que necesitarán ayuda de otros miembros de la familia. Determinar las acciones que desarrollará cada miembro de la familia.

Establecer el número telefónico para comunicarse a través del 119.

Determinar los responsables de las mochilas de emergencia.

MANIOBRAS DE PRIMEROS AUXILIOS

PROTOCOLO DE ATENCIÓN EN PRIMEROS AUXILIOS

- Evaluar la Escena
- Determinar el estado de conciencia.
- Evaluación inicial □ Paciente que no tiene Pulso iniciar RCP.
- Paciente con signos vitales, atender lesiones según orden de gravedad.
- Pedir ayuda (llamar al número de Emergencias).
- Trasladar al herido.

HEMORRAGIAS

Es el sangrado de cualquier vaso sanguíneo dañado puede llegar a ser peligroso y puede ser interna o externa.

Características

- Abdomen rígido y blando.
- Sudoración excesiva
- Ansiedad
- Sed (no dar de beber agua)
- Cambios bruscos de temperatura

CONTROL DE HEMORRAGIA

1. Presión directa sobre herida: Consiste en aplicar presión en el mismo lugar del sangrado.

2. Elevación de la extremidad: Consiste en elevar la extremidad afectada e Inmovilizar (Cuando la causa es una fractura con afectación vascular).
3. Presión directa sobre arteria
4. Torniquete: Aplicar especialmente en situaciones de emergencia crítica, ya que conlleva disminución casi completa e incluso anulación de la irrigación.

FRACTURAS

Es la pérdida de continuidad de la sustancia ósea o cartilaginosa. Es la discontinuidad de los huesos a consecuencia de golpes, fuerzas o tracciones cuyas intensidades superan la resistencia del hueso.

Signos y síntomas

- Deformidad
- Edema/Cambio de color
- Sensibilidad / Dolor
- Sonido áspero (Crujido)
- Impotencia funcional
- Fragmentos Expuestos

Razones para la inmovilización

- Evitar el dolor
- Prevenir o minimizar complicaciones
- Daño de músculos.
- Laceración de piel.
- Restricción del flujo sanguíneo.
- Sangrado excesivo.
- Parálisis de la extremidad.

MÉTODOS DE INMOVILIZACIÓN

- Cabestrillo y corbata (Útil y suficiente para inmovilizar extremidad superior).
- Entablillado (Utilizar tablillas o cualquier elemento rígido).
- férulas (De material rígido)

Métodos de inmovilización

- La inmovilización funcional, se usa cuando no se tiene ningún material de inmovilización.
- Se usa en miembros superiores e inferiores y consiste en juntar la extremidad afectada a la extremidad sana. También funciona con los dedos de la mano.

LA MANIOBRA DE HEIMLICH

Técnica que consiste en abrazar a la víctima por la espalda y con la fuerza del puño posicionado adecuadamente generar presión positiva para ayudar a expulsar el cuerpo extraño. Puede aplicarse a la persona sentada o de pie

Cuando este solo: colocar el puño arriba del ombligo mientras se sostiene el puño con la otra mano. Inclinarsse sobre una silla o encima y llevar el puño hacia si con fuerza y presionando hacia arriba.

REANIMACIÓN CARDIO PULMONAR (RCP)

Es el conjunto de maniobras destinadas a sustituir y restaurar la respiración y la circulación espontánea.

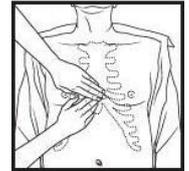
Cadena de Supervivencia

Es el conjunto de acciones sucesivas y coordinadas que permite salvar la vida de la persona que es víctima de una emergencia Cardio-Respiratoria

Para realizar la reanimación cardiopulmonar o RCP básica a un adulto:



- Antes de nada, llama al servicio de urgencias para que envíen un equipo de emergencias mientras realizas la RCP básica. De esta forma, podrás aplicar los primeros auxilios para evitar posibles daños cerebrales mientras llega la ambulancia.
- Si la persona no respira, presiona su nariz cerrando las fosas nasales, de forma que las vías respiratorias de la nariz queden cerradas. Toma una bocanada de aire y colocando la boca con fuerza sobre la de la persona, exhala el aire completamente. Realiza este proceso dos veces.
- Si la persona no respira ni tiene pulso, has de encontrar el punto exacto para hacer *compresiones de pecho*. Sigue las costillas flotantes hasta el punto donde se unen en el esternón. Una vez en el extremo inferior del externo, mide tres dedos sobre el extremo, en ese punto has de hacer la presión. Para hacer las compresiones de pecho, coloque la palma de una mano encima del esternón y agarra esta mano con la otra de forma que los dedos se mantengan atrás mientras presionas.
- Realiza las compresiones de pecho. El número ideal de compresiones de pecho, es de 100 por minuto, lo que equivale a un poco menos de dos por segundo. Realiza quince compresiones de pecho seguidas, empujando enérgicamente y con firmeza el esternón, de forma que se comprima entre 5 a 7 centímetros. Después de realizar las quince compresiones de pecho, repite el proceso desde el principio.



En el Niño: Hacer 30 compresiones con el talón de la mano o con ambas manos en el tercio inferior del esternón con una fuerza que deprima 3 cm de profundidad del tórax.

En el Lactante: Con los dedos anulares y medio, perpendicularmente al esternón un dedo por debajo de la línea intermamilar o un dedo por encima del apéndice xifoideo, presionar 3 cm de profundidad en el tórax a un ritmo de 30/2.

DESMAYO

Consiste en la pérdida del conocimiento de una forma breve, superficial y transitoria. Se debe a una disminución más o menos brusca del flujo sanguíneo que llega al cerebro.

Síntomas:

- Sensación de mareo y náuseas.
- Visión borrosa
- Desvanecimiento.
- Piel de la cara pálida, fría y sudorosa.
- Flojedad en las piernas

Actuación:

- Colocar a la víctima boca arriba.
- Aflojar la ropa que oprima el cuello o la cintura.
- Levantarle las piernas (posición anti-shock).
- Comuníquese con un servicio de urgencias.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. Instituto nacional de defensa civil “Prevención en caso de Inundaciones”
<https://www.indeci.gob.pe>
2. Instituto nacional de defensa civil Desarrollo Y Fortalecimiento de las Capacidades Humanas “Plan Familiar de Emergencia, La Seguridad Empieza por Casa”
3. Atención Primaria y Saneamiento Básico Cajamarca APRISABAC “Capacitación de Promotores de salud”, Convenio Multilateral Perú - Holanda - Suiza y la Dirección Regional de Salud Cajamarca en el período 1993 - 1997.
www.minsa.gob.pe

Anexo N° 7

Fotografías del programa educativo en actuación preventiva en desastres: sismo e inundación



