

El túnel de la supervivència

Durada de l'activitat: 50' aproximadament

Número de participants: entre 10-15 pioneres, repartides en grups de 5. Es necessiten sobretot Caps que facin teatre.

Material: a gust de les dinamitzadores, no fa falta perquè és tot teatre, però si les preguntes es volen fer en una cartolina es pot, igual que l'atrezzo.

Etape educativa: Pioners

Descripció de l'activitat: Un dels grans lemes per aprendre ha estat sempre l'"assaig, error" com a *modus operandi*. Una bona estratègia per poder recórrer a aquest recurs és fer una dinàmica semblant a "Supervivientes" conjuntament amb "Quieres ser millonario". Les pioneres han d'avançar seguint una gimcana (al gust de les dinamitzadores) fins a trobar-se amb diferents espais. En cada espai, hi haurà una situació a resoldre:

(Podríem partir d'una gimcana que hagin de fer les pioneres, però es necessitarien diversos caps per a la millor interpretació de la dinàmica).

Espai 1:

Hi ha dues persones fent de pioneres preparant-se el sopar per a la ruta i comencen a menjar quan, una d'elles, comença trobar que s'ennuega, tossint molt:

QUÈ FEM? Respon a la pregunta de la manera MÉS ADIENT

- Cops a l'esquena
- Animar a tossir (correcte)
- Ignorar-la
- Fer la maniobra de Heimlich

Proseguim, la pionera ara en comptes de tossir no emet cap soroll, què faries ara?

- Cops a l'esquena
- Animar a tossir
- Ignorar-la
- Fer la maniobra de Heimlich (correcte)

Nota: quan una persona estossega mentre menja, vol dir que hi ha espai suficient en la tràquea perquè hi hagi un intercanvi de gasos, així, sempre la primera resposta serà: animar a tossir. Contràriament, si en un moment s'aboleixen els sorolls, és que tota la llum de la tràquea està tapada i llavors ens haurem d'esforçar perquè surti allò que estigui tapant-la, i així fem la maniobra de Heimlich.

Espai 2:

Seguim amb les pioneres que estan preparant el sopar, quan de cop l'aigua dels spaghetti li cau a sobre el braç d'una pionera.

QUÈ FEM? (la primera resposta sempre és important que sigui: mantenir la calma)

- a. Posar-hi crema
- b. Tirar-hi alcohol
- c. Tapar amb roba
- d. Mullar amb aigua freda/tíbia (correcte)

Nota: és important sempre, amb les cremades, saber què és el material que està causant la cremada, si és foc, apagar-lo; si és el sol, portar a l'ombra; si és electricitat, parar la font d'energia. En el cas de l'aigua, el més ideal seria treure tota aquella roba que estigui a la mateixa temperatura i, amb aigua a poca pressió, regular la temperatura de la pell fins a refredar-la i tapar la ferida de la manera més neta que es pugui. Tot seguit, és important portar a la persona afectada a un centre mèdic i mantenir-la ben hidratada pel risc a deshidratar-se.

Espai 3:

Estem preparant els entrepans (podeu veure que tot el que està relacionat amb els aliments és summament perillós!!! És broma) i li estàs passant la tonyina a la companya quan, en agafar-la, es talla el dit.

QUÈ FEM? (recordeu, conservar la calma!!!)

- a. Cridar i apartar-se
- b. Desmaiar-se
- c. Posar-la sota de l'aigua freda i corrents molta quantitat
- d. Apretar la ferida (correcte)

Nota: el més important en quant a ferides sagnants sempre és intentar parar la hemorràgia. La manera més efectiva és proporcionar pressió per frenar la sortida de sang i permetre el nostre cos meravellós el fet de cicatritzar. Netejar amb productes antisèptics, però l'aigua i el sabó si es permet, és el millor que puguis utilitzar. I portar la jove a un centre de salut per acabar la valoració.

És important saber que, quan hi ha sang involucrada, sempre estarà bé tenir uns guants preparats.

En cas de sagnat per ferida penetrant (amb un ganivet, branca, metall, etc...) no retirarem RES!, provarem de mantenir a l'afectat ben abrigat, i comprovar l'estat de consciència mentre algú demana ajuda.

Espai 4:

Està tot el grup caminant per la muntanya, i esteu passant just per un camí ple de pedres, quan la pionera del davant tot just trepitja una i doblega el peu, causant-li molt de dolor.

QUÈ FEM?

- a. Ignorar-la
- b. Preguntar-li com està
- c. Apretar-li més la bota, ben fort (correcte)
- d. Dir-li que mogui el peu

Nota: si et fas un esquinç al turmell el més important és evitar que s'inflami. A no ser que també hi hagi una lesió sagnant, intentarem no treure el peu de la bota, sinó apretar-la tot el fort que puguem per intentar reduir la inflamació. No li farem recolzar el peu, ni tampoc moure'l, la farem descansar amb el peu més amunt que el genoll, fins que la puguem transportar a un centre mèdic.

Espai 5:

Un dia durant temps lliure, es troben dues pioneres fent temps en un poble quan una dona que hi passejava es desploma de cop.

QUÈ HEM DE FER?

- a. Córrer cap a ella
- b. Entrar en pànic
- c. Mirar el voltant i demanar ajuda (correcte)
- d. Cridar a totes les pioneres que vinguin a ajudar

Nota: el més important a l'hora de socórrer és sempre, ser capaç de donar l'ajuda, per això sempre que ens trobem en un situació d'auxili, vigilarem què és el que tenim al costat. Pot ser que sigui una plaça de poble on no passi ningú, però enmig d'una carretera hem d'evitar que nosaltres també en sortim malferits. Així que el primer serà sempre, no posar-nos en perill.

Després toca arribar fins a la persona afectada i demanar ajuda, si sou dos, un dels dos pot començar a valorar la persona i l'altre trucar o marxar corrents per avisar.

Comprovarem l'estat de consciència, et respon a les preguntes? Si no contesta a la comunicació verbal, haurem d'intentar que desperti al dolor o estímuls físics, no tinguem por i donem bons cops al pit per intentar despertar la persona afectada.

Tot seguit s'hauran de seguir els passos de ABC:

A: Vigilar la via aèria i mirar si algun objecte estrany està obstruint l'entrada, fer la maniobra de frente-menton i obrir la via aèria

B: Veure si la pacient respira, per això podem apropar la orella a la boca per escoltar algun tipus de soroll, o veure si el tòrax s'eleva.

C: Comprovar si té pols, buscant pols radial o carotidi.

En cas negatiu: Trucar al 112 per tal que ens indiquin quin procediment seguir.