



# **UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS**

**Facultad de Ciencias Médicas y Clínicas  
Escuela de Ciencias Médicas y de la Enfermería**

**Trabajo de grado para optar por el título de licenciados en Urgencias  
Médicas y Desastres**

Proyecto educativo

Plan de capacitación en primeros auxilios e identificación de situaciones de riesgo: Fundación Nutre Hogar Provincia de Veraguas Distrito de Santiago.

Presentado por:  
Juárez Díaz, Samuel Cédula: 9-732-1488  
Ruíz Fuentes, Oriel Cédula: 9-701-676  
Asesor:  
Carolina Valencia

Panamá, 2026

## **DEDICATORIA**

Este proyecto está dedicado, en primer lugar, a mi hija Lucía Victoria Juárez, quien ha sido mi mayor fuente de inspiración, fortaleza y motivación constante. Su sonrisa, inocencia y amor me impulsan cada día a superarme, a perseverar ante las dificultades y a luchar por un mejor futuro, tanto personal como profesional. Todo esfuerzo realizado en este trabajo lleva consigo el deseo de ser un ejemplo de dedicación y compromiso para su vida.

De igual manera, dedicamos este proyecto a la Universidad Especializada de las Américas (UDELAS), por brindarnos la formación académica, el acompañamiento y las herramientas necesarias para nuestro crecimiento profesional. Su compromiso con la educación y el desarrollo humano ha sido fundamental para la realización de este proyecto y para fortalecer nuestros conocimientos al servicio de la sociedad.

Samuel Juárez

## **DEDICATORIA**

Este proyecto está dedicado con profundo amor y gratitud a mi familia, especialmente a mi esposa, por su apoyo incondicional, comprensión y paciencia en cada etapa de este proceso. Su acompañamiento ha sido fundamental para seguir adelante y no rendirme ante las dificultades.

A mis padres, por ser ejemplo de esfuerzo, valores y perseverancia, y por sus consejos constantes que han guiado mi formación personal y profesional. A mis hijos, quienes son mi mayor motivación e inspiración, la razón por la cual cada sacrificio realizado cobra sentido y cada meta alcanzada vale la pena.

Este trabajo es reflejo del amor, la unión y el apoyo familiar que me impulsa a superarme día a día.

Oriel Ruiz

## **AGRADECIMIENTO**

Expreso mi sincero agradecimiento a la Caja de Seguro Social por brindarme la oportunidad de realizar mis prácticas en sus instalaciones, permitiéndome adquirir conocimientos y experiencias que contribuyeron de manera significativa a mi formación académica y profesional. Agradezco también al personal de esta institución por su orientación y apoyo durante este proceso de aprendizaje.

De igual manera, agradezco a la Universidad Especializada de las Américas (UDELAS) por la formación académica recibida, el acompañamiento constante y las herramientas brindadas a lo largo de mi carrera, fundamentales para la realización de este trabajo final y mi crecimiento profesional.

A mis padres, por su apoyo incondicional y motivación constante, y a mis hermanos, por su respaldo y palabras de aliento en cada etapa de este camino, les expreso mi profundo agradecimiento.

Finalmente, un agradecimiento muy especial a mi hija, Lucía Victoria Juárez, mi mayor inspiración y la principal razón para seguir adelante. Su amor fue el motor que impulsó la culminación de este trabajo.

Samuel Juárez

## **AGRADECIMIENTO**

Expreso mi más sincero agradecimiento a la Fundación Nutre Hogar, por abrirnos sus puertas y brindarnos la oportunidad de desarrollar este proyecto en sus instalaciones. Agradezco de manera especial al personal administrativo y operativo, por su disposición, colaboración y apoyo constante, los cuales fueron fundamentales para el desarrollo exitoso de este trabajo.

De igual manera, agradezco a la Universidad Especializada de las Américas (UDELAS), así como a su personal docente y administrativo, por la formación académica, la orientación y el acompañamiento brindado durante todo el proceso. Sus conocimientos, compromiso y dedicación fueron clave para fortalecer nuestras competencias profesionales y hacer posible la realización de este proyecto.

Este trabajo es el reflejo del esfuerzo conjunto y del valioso aporte de cada una de las instituciones y personas que contribuyeron a su desarrollo.

Oriel Ruiz

## RESUMEN

Este proyecto educativo, desarrollado por, Samuel Juárez y Oriel Ruíz, para la Universidad Especializada de las Américas (UDELAS), presenta un plan de capacitación en primeros auxilios e identificación de situaciones de riesgo dirigido al personal de la Fundación Nutre Hogar en Santiago de Veraguas. La iniciativa surge ante la vulnerabilidad de la población infantil atendida y la exposición de la provincia a riesgos climáticos, como inundaciones y deslizamientos, además de accidentes domésticos y viales. El objetivo central fue fortalecer las habilidades teóricas y prácticas del personal administrativo, operativo y voluntario para garantizar una respuesta inmediata y eficaz ante emergencias. La metodología empleada incluyó un diagnóstico inicial mediante un pre-test, seguido de talleres presenciales basados en simulaciones y aprendizaje práctico sobre maniobras críticas como la reanimación cardiopulmonar (RCP) en adultos y neonatos, control de hemorragias, manejo de atragantamientos y quemaduras. Los resultados demostraron una mejora significativa, en la capacidad de respuesta y confianza de los participantes. El proyecto concluye que la capacitación continua es fundamental para consolidar una cultura de prevención institucional. Se recomienda realizar actualizaciones periódicas del entrenamiento y mantener los equipos de emergencia (botiquines), debidamente abastecidos para asegurar la sostenibilidad del aprendizaje y la protección integral de los niños y colaboradores de la fundación, mitigando el impacto de posibles eventos adversos en el entorno institucional.

**Palabras claves:** Capacitación, Emergencias, Prevención, Primeros auxilios, Riesgos, Seguridad, Simulacro.

## **ABSTRACT**

This educational project, developed by Samuel Juárez and Oriel Ruiz for the Universidad Especializada de las Américas (UDELAS), presents a training plan in first aid and risk situation identification aimed at the staff of the Fundación Nutre Hogar in Santiago, Veraguas. This initiative arises from the vulnerability of the infant population served and the province's exposure to climate risks, such as floods and landslides, as well as domestic and road accidents. The central objective was to strengthen the theoretical and practical skills of administrative, operational, and volunteer staff to ensure an immediate and effective response to emergencies. The methodology used included an initial diagnosis through a pre-test, followed by face-to-face workshops based on simulations and hands-on learning of critical maneuvers such as cardiopulmonary resuscitation (CPR) in adults and neonates, hemorrhage control, choking management, and burn care. The results showed a significant improvement in the response capacity and confidence of the participants. The project concludes that continuous training is essential to consolidate an institutional culture of prevention. It is recommended to perform periodic training updates and keep emergency equipment (first aid kits) properly stocked to ensure the sustainability of learning and the comprehensive protection of the children and staff of the foundation, mitigating the impact of potential adverse events in the institutional environment.

**Keywords:** Emergencies, First Aid, Prevention, Risks, Safety, Simulation, Training

## CONTENIDO GENERAL

### INTRODUCCIÓN

#### **CAPÍTULO 1: MARCO REFERENCIAL DEL PROYECTO ..... 13**

1.1 Antecedentes teóricos del proyecto ..... 13

1.2 Diagnóstico de la situación actual ..... 22

1.4 Objetivos..... 33

1.5 Duración ..... 33

1.6 Beneficiarios ..... 36

1.7 Localización física..... 37

1.8 Marco institucional del proyecto ..... 39

#### **CAPÍTULO II: DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO ..... 44**

2.1 Fundamentación teórica ..... 44

2.2 Intervención ..... 54

2.3 Estructura organizativa y de gestión de proyecto ..... 64

2.4 Especificación operacional de las actividades y tareas a realizar..... 66

2.5 Producto ..... 68

2.6 Cronograma de impartición del proyecto ..... 70

2.7 Presupuesto ..... 71

#### **CAPÍTULO III: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS ..... 71**

3.1 Test de evaluación diagnóstica (Pre-Test) a funcionarios de la Fundación Nutre Hogar en Santiago de Veraguas..... 71

3.2 Test de evaluación final (Ppst Test) a funcionarios de la Fundación Nutre Hogar en Santiago de Veraguas. .... 81

#### **CONCLUSIONES..... 91**

<b>RECOMENDACIONES .....</b>	<b>92</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>96</b>
<b>ANEXO 1.....</b>	<b>98</b>
<b>ANEXO 2.....</b>	<b>88</b>
<b>ANEXO 3.....</b>	<b>104</b>
<b>ANEXO 4.....</b>	<b>109</b>
<b>ÍNDICE DE CUADROS .....</b>	<b>112</b>
<b>ÍNDICE DE GRAFICAS.....</b>	<b>114</b>
<b>ÍNDICE DE FIGURAS .....</b>	<b>103</b>

## INTRODUCCIÓN

La formación, en primeros auxilios, constituye una herramienta fundamental para la protección de la vida y la prevención de complicaciones ante situaciones de emergencia. En muchos espacios comunitarios y sociales, la falta de conocimientos básicos para actuar de manera inmediata puede marcar la diferencia entre una recuperación favorable y consecuencias graves. Por ello, la capacitación en esta área se vuelve indispensable, especialmente en instituciones, que trabajan directamente con poblaciones vulnerables.

El presente proyecto final, desarrollado en el marco académico de la Universidad Especializada de las Américas, tiene como objetivo principal la capacitación en primeros auxilios dirigida al personal de la Fundación Nutre Hogar, ubicada en Santiago de Veraguas. Esta fundación cumple un rol social importante en la atención y cuidado de personas, que requieren apoyo integral, lo que hace necesario que su personal cuente con las competencias básicas para responder de forma adecuada ante emergencias de salud.

A través de este proyecto se busca fortalecer los conocimientos teóricos y prácticos en primeros auxilios, promoviendo una respuesta oportuna, segura y eficaz ante accidentes o situaciones imprevistas. De esta manera, se contribuye no solo al bienestar de los beneficiarios de la fundación, sino también al desarrollo profesional y social de quienes participan en esta iniciativa, reafirmando el compromiso de la universidad con la comunidad.

En el primer capítulo, se desarrolla el marco referencial del proyecto, desde: los antecedentes, justificación, objetivos, beneficiarios, localización, marco institucional, entre otros.

El segundo capítulo, contiene la descripción del proyecto, en la cual se describen los fundamentos teóricos, la intervención, la estructura organizativa y de gestión del proyecto, las especificaciones operacionales de las actividades y tareas a realizar, los productos, el cronograma y presupuesto, entre otros.

El Capítulo III, trata sobre el análisis de resultados de la ejecución del plan de capacitación, el cual contiene el resultado del análisis de las encuestas aplicadas de Pre-Test y Post -Test

Por último, se presentan las conclusiones y recomendaciones, que contiene las ideas a las que se llegó tras la realización del trabajo de investigación, acompañado de las referencias bibliográficas y los anexos.

# **CAPÍTULO 1**

# **CAPÍTULO 1: MARCO REFERENCIAL DEL PROYECTO**

## **1.1 Antecedentes teóricos del proyecto**

Los antecedentes teóricos permiten ubicar la propuesta dentro del campo de la salud comunitaria y la gestión del riesgo. Su función es mostrar cómo otras instituciones han trabajado los temas de primeros auxilios y prevención de accidentes. El análisis de proyectos anteriores ayuda a identificar enfoques, métodos y resultados, estos dan una base firme para planificar el proyecto.

### **1.- Brindar primeros auxilios a la población**

**Autor:** V. V. Kuzmin, Alebai U. Sabitov, Andréi Reutov, Vladimir Amosov, Lidiia Neupokeva, Ígor Chernikov (2024). Rusia.

#### **Objetivos:**

- Desarrollar un manual electrónico de formación para capacitar a personas sin conocimientos médicos en la atención inmediata ante emergencias.
- Mejorar la comprensión de los procedimientos básicos de primeros auxilios y fomentar la disposición para actuar en casos de accidentes o enfermedades repentinas.

#### **Metodología:**

El estudio se basó en un diseño instruccional, estructurado en cuatro módulos teóricos, que incluyeron temas sobre fundamentos legales, seguridad laboral, atención de lesiones, intoxicaciones y exposición a condiciones extremas. Cada módulo incorporó materiales digitales, actividades prácticas, videos explicativos y evaluaciones finales para medir la efectividad del aprendizaje.

**Principales resultados:**

- Se comprobó que el uso del recurso electrónico aumentó la comprensión de los procedimientos básicos de primeros auxilios.
- Los participantes mostraron una mayor confianza y disposición para intervenir en situaciones de emergencia.
- Se determinó que esta herramienta fortalece la preparación comunitaria y eleva las probabilidades de supervivencia en casos de lesiones, accidentes o enfermedades repentinas.

**2- “Capacitación en primeros auxilios para tripulaciones marítimas”**

**Autor:** T.H. Timchenko (2024). Rusia.

**Objetivos:**

- Identificar las deficiencias presentes en la formación del personal marítimo, en materia de primeros auxilios.
- Analizar los accidentes laborales a bordo de buques para determinar los factores asociados a la falta de capacitación.
- Proponer medidas que fortalezcan los programas de instrucción y garanticen la atención médica básica en emergencias marítimas.

**Principales resultados:**

- El análisis documental y estadístico permitió establecer que la falta de entrenamiento adecuado limita la respuesta inmediata del personal embarcado ante emergencias médicas.
- Se determinó, que la ausencia de conocimientos prácticos incrementa la mortalidad y agrava las lesiones en situaciones críticas ocurridas en altamar.
- El autor concluyó, que es urgente revisar y actualizar los programas de capacitación, incorporando metodologías prácticas y evaluaciones periódicas.

- Se destacó la necesidad de implementar estándares internacionales de formación en primeros auxilios para tripulaciones marítimas, con el fin de mejorar la seguridad laboral y la eficiencia en la atención de emergencias a bordo.

### **3- “Enfoques modernos para la capacitación en primeros auxilios en personas sin formación médica”**

**Autor:** Il. Kostyuk, O. Savchenko y I.Yu. Kropotov (2024). Rusia.

#### **Objetivos:**

- Desarrollar una metodología práctica, que facilite la enseñanza de auto asistencia y asistencia mutua ante emergencias médicas.
- Diseñar un modelo formativo adaptado a personas sin conocimientos médicos, basado en experiencias nacionales e internacionales.
- Evaluar la efectividad del enfoque metodológico en el desarrollo de habilidades básicas y confianza en los participantes.

#### **Principales resultados:**

- Se comprobó, que la aplicación de un modelo estructurado de clases favorece la comprensión teórica y el desempeño práctico durante los simulacros de primeros auxilios.
- Los participantes demostraron mayor seguridad y precisión en la ejecución de maniobras básicas, como la reanimación cardiopulmonar y el control de hemorragias.
- Los investigadores concluyeron que, la estandarización de la metodología fortalece la enseñanza en primeros auxilios dentro de contextos no médicos, promoviendo una cultura de respuesta inmediata ante emergencias.

- Se resaltó la importancia de integrar recursos pedagógicos visuales y simulaciones prácticas para garantizar la adquisición sostenida de competencias en atención primaria.

#### **4- “Evaluación de la calidad de la capacitación en primeros auxilios en instituciones públicas y privadas”**

**Autor:** D. Boev, A.S. Podoprigora, A. Chursin, I. Lovchikova, S.N. Boev, O.S. Sergeeva y O.B. Sakharova (2022). Rusia.

##### **Objetivos:**

- Evaluar el grado de actualización de los programas de capacitación en primeros auxilios implementados en instituciones públicas y privadas.
- Analizar la pertinencia de los materiales didácticos y su cumplimiento con la normativa del Ministerio de Salud y Desarrollo Social de Rusia.
- Determinar las principales debilidades en la enseñanza teórica y práctica para proponer estrategias de mejora en la formación.

##### **Principales resultados:**

- Se evidenció que la mayoría de los programas de capacitación aún utilizan materiales obsoletos, sin alinearse con la Orden N° 477n del Ministerio de Salud y Desarrollo Social.
- El análisis reveló deficiencias en la aplicación práctica durante la formación, limitando la adquisición de habilidades de respuesta inmediata ante emergencias.
- Los autores determinaron que es necesario modernizar los programas de primeros auxilios, incorporando prácticas basadas en simulación y metodologías activas que fortalezcan la competencia técnica.
- Se concluyó, que la actualización de los contenidos y el refuerzo de la práctica aplicada son condiciones esenciales para mejorar la eficacia en la atención inicial ante situaciones críticas.

## **5- “Formación y motivación del personal encargado de brindar primeros auxilios”**

**Autor:** Ilya G. Vetlugin, L.I. Dezhurnyy, V.E. Dubrov, Yu. S. Shoygu y A.V. Garkavi (2022). Rusia.

### **Objetivos:**

- Evaluar la efectividad de los programas de formación en primeros auxilios dirigidos al personal militar, de bomberos y de rescate.
- Analizar las diferencias en los niveles de competencia técnica y motivacional entre los distintos grupos evaluados.
- Proponer la creación de un sistema unificado de capacitación que garantice la calidad y coherencia en la atención de emergencias.

### **Principales resultados:**

- Se identificaron diferencias significativas en el nivel de conocimientos y destrezas entre los grupos de personal evaluado, lo que evidenció una falta de estandarización en los contenidos formativos.
- El estudio determinó, que la ausencia de uniformidad en los programas de instrucción afecta la efectividad de la respuesta ante emergencias.
- Los investigadores propusieron implementar un sistema nacional unificado de formación en primeros auxilios, adaptado a la legislación federal, que permita fortalecer las competencias operativas y la motivación del personal.
- Se concluyó que, la coherencia y actualización de los programas de capacitación son fundamentales para garantizar la calidad del servicio y la seguridad en la atención inicial de emergencias.

## **6- “Programa de capacitación en primeros auxilios para la comunidad del aeropuerto Husein Sastranegara de Bandung”**

**Autor:** D. Kurniawan, S. Nurwulan, R. Prasetya y M. Anggoro (2022). Indonesia.

**Objetivos:**

- Fortalecer los conocimientos y habilidades de los inquilinos del aeropuerto Husein Sastranegara para brindar atención inicial ante emergencias médicas.
- Implementar talleres teórico-prácticos, que permitan la aplicación inmediata de los procedimientos básicos de primeros auxilios.
- Evaluar el impacto de la capacitación en la capacidad de respuesta y prevención de complicaciones durante situaciones críticas.

**Principales resultados:**

- Se comprobó un incremento significativo en el nivel de comprensión y desempeño práctico de los participantes luego de la capacitación impartida por la Politécnica de Aviación de Curug.
- Los talleres permitieron reducir el tiempo de respuesta ante emergencias, mejorando la coordinación entre la comunidad y los equipos médicos del aeropuerto.
- Los investigadores destacaron, que la formación básica en primeros auxilios disminuye las complicaciones y optimiza la atención temprana en espacios con alta concentración de personas.
- Se concluyó que, la educación comunitaria, en primeros auxilios constituye una estrategia preventiva efectiva, especialmente en entornos públicos donde el acceso a personal sanitario puede demorarse.

**7- “Adaptaciones pedagógicas en la enseñanza de primeros auxilios según las Directrices Internacionales de la Federación de la Cruz Roja y la Medialuna Roja (2020)”**

**Autor:** Wilp, M. y El Gehani, S. (2022). Suiza.

**Objetivos:**

- Analizar las adaptaciones pedagógicas necesarias para la formación de socorristas en contextos de conflicto, desastre o zonas remotas.
- Evaluar la aplicabilidad de las Directrices de Primeros Auxilios, Reanimación y Educación de la Federación Internacional de la Cruz Roja y la Media Luna Roja (2020).
- Determinar los principios metodológicos que garanticen la seguridad, flexibilidad y pertinencia en la enseñanza de primeros auxilios.

**Principales resultados:**

- Se identificó que, la educación en primeros auxilios debe centrarse en el alumno, fomentando la comprensión práctica de los procedimientos básicos antes que la memorización teórica.
- Los autores resaltaron que, la adaptación de los programas a los recursos y condiciones locales es fundamental para asegurar la eficacia de la formación en entornos vulnerables o con limitaciones logísticas.
- Se destacó la importancia de la flexibilidad pedagógica y de los métodos activos de enseñanza como herramientas clave para fortalecer la preparación de los socorristas.
- Se concluyó que, la enseñanza de primeros auxilios debe priorizar la seguridad, la práctica contextualizada y el aprendizaje progresivo, garantizando la autonomía y capacidad de respuesta del personal en situaciones críticas.

**8- “Principios y directrices fundamentales para la enseñanza de los primeros auxilios”**

**Autor:** Kamolova, N. y Djuraev, F. (2024). Uzbekistán.

**Objetivos:**

- Analizar los principios esenciales que, orientan la enseñanza y aplicación de los primeros auxilios en la población general.
- Promover la adquisición sistemática de conocimientos y destrezas básicas para la atención inmediata ante emergencias.
- Evaluar la importancia de la educación continua en primeros auxilios como herramienta de prevención y respuesta ante situaciones críticas.

**Principales resultados:**

- Los investigadores evidenciaron que, la formación generalizada en primeros auxilios incrementa significativamente las probabilidades de supervivencia, especialmente en contextos donde la asistencia médica tarda en llegar.
- Se determinó que, la educación preventiva mejora la coordinación y eficacia de la atención inicial, favoreciendo la estabilidad del paciente antes del traslado a un centro sanitario.
- El estudio concluyó que, la capacitación permanente en primeros auxilios constituye un pilar esencial de la seguridad pública, ya que fortalece la preparación ciudadana frente a emergencias cotidianas o desastres naturales.
- Los autores resaltaron la necesidad de incluir estos programas en estrategias nacionales de salud y educación, garantizando el acceso equitativo a la formación para todos los sectores de la población.

**9- “Evaluación del conocimiento sobre riesgos laborales y primeros auxilios en trabajadores del sector lechero de Jaipur”**

**Autor:** Saini, R. (2025). India.

**Objetivos:**

- Evaluar el nivel de conocimiento de los trabajadores lecheros de Jaipur, Rajasthan, en materia de riesgos laborales y primeros auxilios.
- Identificar las brechas formativas existentes en la prevención y atención de emergencias dentro del entorno ocupacional.
- Proponer estrategias de capacitación, que fortalezcan las competencias básicas en seguridad y respuesta ante incidentes laborales.

**Principales resultados:**

- El estudio determinó que, el 80% de los participantes presentó un conocimiento deficiente sobre primeros auxilios y prevención de riesgos, con una media de 9,78 puntos y una desviación estándar de 4,12.
- Se evidenció una falta de entrenamiento formal y de protocolos de respuesta inmediata ante accidentes, especialmente en el manejo de heridas, quemaduras y lesiones musculares.
- El investigador concluyó que, la carencia de formación básica en primeros auxilios limita la capacidad de los trabajadores para actuar de forma eficaz y segura ante emergencias.
- Se recomendó implementar programas permanentes de capacitación y sensibilización, orientados a mejorar la seguridad laboral y reducir la incidencia de accidentes en el sector productivo.

**10- “Capacitación docente en primeros auxilios dentro del sistema educativo panameño”**

**Autor:** Aronátegui, M. (2023). Panamá.

**Objetivos:**

- Evaluar el nivel de conocimiento del profesorado en relación con la atención inmediata ante emergencias escolares.

- Analizar la necesidad de incluir la formación en primeros auxilios dentro de los programas de desarrollo profesional docente.
- Promover la creación de políticas educativas que fortalezcan la preparación del personal ante situaciones críticas dentro del entorno escolar.

**Principales resultados:**

- El estudio evidenció que, la mayoría del personal docente carece de la capacitación básica para responder ante emergencias como desmayos, convulsiones o accidentes escolares.
- Se determinó que, existe una ausencia de programas institucionales de formación continua en primeros auxilios, lo que limita la capacidad de reacción en situaciones de riesgo.
- La autora resaltó que, la preparación docente en primeros auxilios no solo previene consecuencias graves, sino que también fortalece la seguridad y el bienestar del alumnado.
- Se concluyó que, la implementación sistemática de talleres de primeros auxilios en el ámbito educativo es fundamental para una gestión escolar segura y responsable.

1.2 Diagnóstico de la situación actual

La Fundación Nutre Hogar, sede Veraguas, atiende a niños y familias en un ambiente con riesgos previsible de tipo doméstico, comunitario, vial y climático. La evidencia internacional y nacional muestra que las lesiones accidentales, los problemas de salud repentinos y los desastres por lluvias y vientos exigen una respuesta rápida y organizada por parte de la primera persona que ayuda.

La Organización Mundial de la Salud impulsa el programa Community First Aid Response. Este busca formar a personas sin conocimiento médico, para que reconozcan emergencias, apliquen acciones simples que salvan vidas y realicen la derivación correcta. Esto forma parte de un enfoque, que une a la comunidad

con el sistema de asistencia (World Health Organization, 2023). Este marco confirma que es importante capacitar al personal y a los voluntarios que están a diario con los niños. Ellos pueden ser los primeros en actuar mientras llegan los profesionales.

Las estadísticas sobre lesiones, en Panamá refuerzan la necesidad de actuar. Un análisis basado en la Encuesta Global de Salud Escolar informó que 45 por ciento de los adolescentes escolarizados del país reportó al menos una lesión grave en el último año. Esta proporción sitúa a las lesiones como un problema extendido en las etapas de formación (Owusu et al., 2023). Este dato sugiere una exposición frecuente a caídas, golpes, cortes y otros eventos, que necesitan primeros auxilios rápidos en escuelas, casas y lugares comunitarios.

En cuanto a la mortalidad general, el Ministerio de Salud documenta que las causas externas están entre las principales causas de muerte desde hace décadas. Estas afectan de forma notable a hombres jóvenes y adultos en edad productiva. Esa carga incluye accidentes de tránsito, hechos de violencia y otras situaciones que demandan una respuesta temprana en el lugar del evento y un sistema de envío a centros de salud eficiente.

El Análisis de Situación de Salud describe, que la tasa de mortalidad masculina es mayor que la femenina. Los accidentes y hechos violentos ocupan lugares destacados (Ministerio de Salud Panamá). Esto sugiere que, parte de la población tutora o cuidadora de los niños también se expone a riesgos que pueden requerir ayuda inmediata (MINSA, 2023)

Los accidentes viales son otra fuente constante que pide primeros auxilios. La OMS estimó para Panamá 316 muertes por siniestros de tránsito en 2021. La cifra que se reportó de forma oficial fue de 243 para ese año. La diferencia entre lo estimado y lo reportado señala retos en el registro. Sin embargo, en ambos casos la carga es significativa. Afecta a peatones, motociclistas y a quienes van dentro de vehículos.

El informe global de 2023, indicó 1.19 millones de muertes por siniestros viales a nivel mundial. La tasa es de 15 por cada 100 mil habitantes. Resalta que casi la mitad de las muertes corresponde a usuarios vulnerables de la vía (World Health Organization, 2023). La Región de las Américas concentra cerca de 155 mil muertes anuales, con alta exposición en zonas urbanas y cercanas a ellas. En este panorama, la capacitación en control de hemorragias, inmovilización básica, seguridad en la escena y la activación del sistema de emergencias es prioritaria para cualquier persona de la comunidad.

La evidencia clínica y educativa global indica qué enseñar y cómo medir el aprendizaje. Las guías internacionales de la Federación Internacional de la Cruz Roja recomiendan una educación enfocada en la persona. Sugieren avanzar por competencias y adaptarse a los recursos locales (Cruz Roja, 2020). La Asociación Americana del Corazón actualizó en 2020, su ciencia de reanimación y primeros auxilios. En 2024, incluyó el control de hemorragias con torniquete cuando la presión directa no detiene el sangrado (The Caribbean Catastrophe Risk Insurance Facility 2024). Estas guías apoyan contenidos con práctica intencionada, evaluación del desempeño en maniobras críticas y refuerzo periódico.

Los eventos hidrometeorológicos recientes, en Panamá, demuestran que las emergencias por inundaciones y deslizamientos son reales. Entre finales de octubre y comienzos de noviembre de 2024, el país tuvo un episodio de lluvias fuertes asociado a una onda tropical y zona de baja presión. Esto generó pagos paramétricos por 26.7 millones de dólares por parte del CCRIF al Gobierno. Este es un indicador objetivo de la gravedad del evento. En ese momento, las autoridades reportaron fallecidos, desaparecidos y miles de afectados. Se declaró alerta roja en provincias como Veraguas y la comarca Ngäbe Buglé. Además, hubo decenas de inundaciones y deslizamientos. Estos hechos ocurrieron en

comunidades con infraestructura limitada y accesos difíciles. La primera respuesta de vecinos y la comunidad es clave (The Caribbean Catastrophe Risk Insurance Facility, 2024).

El registro institucional detalla impactos específicos en Veraguas. Los informes y notas oficiales de SINAPROC y los medios nacionales reportaron casas afectadas por inundaciones en distritos costeros y de montaña. También, hubo deslizamientos que causaron muertes durante las operaciones de rescate. En noviembre de 2024, se contaron al menos cuatro fallecidos y más de doscientas familias afectadas en todo el país. Hubo reportes de doce deslizamientos en Veraguas y daños en comunidades como Mariato, Estas cifras orientan la preparación local. Se necesita la evaluación segura de la escena, la evacuación organizada, el manejo de la hipotermia, el triage básico y el apoyo psicológico de primeros auxilios para las familias con niños (Prensa Latina, 2024)

Otro tema importante para Veraguas es el tránsito de población en movilidad. Esto afecta la demanda de atención inmediata. UNICEF informó que, en 2023, pasaron por Panamá 520,085 personas. De ellas, 113,180 eran niñas y niños. Hubo 3,300 casos de niñez no acompañada (UNICEF). Estas condiciones generan urgencias en las rutas, albergues y puntos de atención. Se requiere personal con habilidades en reanimación básica, manejo de la deshidratación, lesiones por viajes largos y contención emocional. Aunque, el mayor flujo se concentra en Darién y Panamá Este, la red de apoyo humanitario y comunitario en provincias del interior maneja casos derivados y necesidades específicas (UNICEF, 2023)

La situación en entornos laborales y comunitarios, también pide capacidades mínimas de ayuda. La Organización Panamericana de la Salud indica que la Región de las Américas tiene una carga importante de muertes por accidentes viales. Reafirma la necesidad de sistemas de seguridad donde la comunidad sea parte de la respuesta. Los ministerios de salud de la región, incluido Panamá,

promueven ajustes en primeros auxilios básicos y psicológicos. Esto refuerza la atención inmediata y la derivación oportuna (World Health Organization, 2023). Estas iniciativas complementan el trabajo social que hace la Fundación, ya que su personal interactúa con cuidadores, proveedores de alimentos y voluntarios en actividades que tienen impacto en la comunidad. (UNICEF, 2023).

### 1.3 Justificación

La enseñanza de primeros auxilios y la identificación de situaciones de riesgo son una necesidad urgente y real en el ambiente social y de salud en Panamá. Esto es importante sobre todo en instituciones, que atienden a niños y a familias vulnerables, como la Fundación Nutre Hogar, en la sede de Santiago, provincia de Veraguas. En este lugar se unen factores, que aumentan la probabilidad de emergencias. Estos incluyen el contacto diario con niños pequeños, la manipulación de alimentos, las limitaciones en la infraestructura y los eventos climáticos que ocurren con frecuencia en la región. Estas circunstancias hacen que, sea clave formar de manera constante a todo el personal y a los voluntarios en habilidades básicas para responder a accidentes, enfermedades repentinas o desastres naturales.

El país mantiene un patrón de enfermedades y muertes donde las causas externas y las lesiones accidentales están entre las principales. Los datos del Ministerio de Salud y del Instituto Nacional de Estadística y Censo muestran que, los accidentes, las caídas, los atropellos y los golpes fuertes son causas frecuentes de atención en los servicios de urgencias. Estas cifras reflejan la vulnerabilidad de amplios grupos de la población frente a situaciones que piden una acción inmediata y organizada.

En la provincia de Veraguas, los informes del Sistema Nacional de Protección Civil y del Ministerio de Salud han documentado cada año incidentes relacionados con deslizamientos, inundaciones y emergencias por lluvias. Estos eventos afectan casas, caminos y centros comunitarios. En muchos casos, los vecinos o los

colaboradores locales dan la primera atención. Esto demuestra la importancia de que la comunidad esté preparada y entrenada en primeros auxilios.

El análisis internacional refuerza esta idea. La Organización Mundial de la Salud impulsa el programa Community First Aid Responder. Este promueve la formación de ciudadanos como las primeras personas; ellas ayudan en sus comunidades. Este enfoque se basa en la evidencia de que la atención temprana y correcta antes de la llegada del personal sanitario reduce las complicaciones. También, disminuye la mortalidad y mejora la recuperación de las víctimas. En Panamá, donde los servicios de emergencia pueden tardar en llegar por problemas de geografía o de infraestructura, la preparación comunitaria tiene más valor. La capacitación del personal de la Fundación Nutre Hogar cumple con este principio. Fortalece la capacidad local de respuesta y ayuda a la seguridad completa de las familias que reciben ayuda.

Los riesgos presentes en el entorno de la Fundación se dividen en tres grupos: domésticos, comunitarios y climáticos. En el primer grupo se incluyen las caídas, los atropellamientos, las quemaduras y las heridas que suceden durante las actividades diarias con los niños. En el ambiente comunitario, pueden ocurrir accidentes viales o emergencias en las actividades de distribución de alimentos. En el contexto climático, Veraguas es una de las provincias, que enfrenta con frecuencia inundaciones y deslizamientos durante la temporada de lluvias. En los últimos años, eventos de este tipo han provocado daños materiales y pérdidas humanas. Esto demuestra la falta de preparación local ante emergencias repentinas. Este panorama confirma la necesidad de que las instituciones con presencia en zonas de riesgo tengan planes de emergencia, equipos básicos y personal capacitado en primeros auxilios y gestión de riesgos.

El proyecto tiene como beneficiarios directos al personal administrativo, operativo

y voluntario de la Fundación Nutre Hogar en la sede de Veraguas. Todos ellos realizan tareas, que implican contacto directo con los niños y con la comunidad. Los beneficiarios indirectos son los niños atendidos y sus familias. Ellos recibirán un servicio más seguro y una atención inmediata ante posibles accidentes. La comunidad local también se beneficia, ya que fortalecer las capacidades de respuesta ayuda al bienestar de todos. Esto puede copiarse en casas, escuelas y organizaciones vecinas. La Fundación, al incluir este plan de capacitación, aumenta su impacto social. También, consolida su compromiso con la protección de la vida y el apoyo a la salud comunitaria.

El aporte del proyecto no se limita a aprender técnicas de reanimación o curación básica. Su valor principal está en crear una cultura preventiva dentro de la institución. La capacitación fomenta la responsabilidad compartida, la cooperación entre los miembros del equipo y la conciencia sobre los riesgos del ambiente. Este cambio cultural tiene efectos duraderos. Reduce la probabilidad de accidentes y fortalece la confianza del personal al actuar frente a una urgencia. En la práctica, los conocimientos, que se adquieren pueden hacer una diferencia entre una respuesta sin orden y una intervención efectiva; esta preserva la vida y minimiza las secuelas.

La literatura científica y los informes de organismos internacionales coinciden en cómo la falta de conocimiento sobre primeros auxilios es una brecha común en la mayoría de las organizaciones comunitarias. Vetlugin et al. (2022) y Boev et al. (2022) identificaron en Rusia, que muchos programas se basan en materiales anticuados. Señalaron que, la enseñanza teórica, sin práctica supervisada, limita la adquisición de habilidades. Timchenko (2024), destacó que la falta de entrenamiento adecuado en tripulaciones marítimas aumenta la mortalidad por accidentes a bordo. Esto demuestra la relación directa entre la formación y los resultados de supervivencia. Estos hallazgos se aplican al contexto panameño. Gran parte del personal comunitario o voluntario nunca ha recibido instrucción

formal en primeros auxilios. Implementar un plan actualizado, adaptado a las necesidades locales y con ejercicios prácticos, permite cerrar este vacío.

La propuesta, también se alinea con la política nacional de reducción de riesgos y el fortalecimiento de la capacidad de recuperación comunitaria. El Sistema Nacional de Protección Civil (SINAPROC) y el Ministerio de Salud impulsan programas de prevención, que incluyen capacitación en primeros auxilios, evacuación, uso seguro de extintores y comunicación durante emergencias. Sin embargo, estas iniciativas a menudo se concentran en centros urbanos o en escuelas formales. Al llevar la capacitación a una organización social como la Fundación Nutre Hogar, se extiende la cobertura del sistema preventivo. Se fortalece la red de actores locales, que pueden dar ayuda inicial. La experiencia que adquiere el personal capacitado puede incluso replicarse en talleres comunitarios, multiplicando el beneficio.

El diagnóstico de la situación actual, muestra que los riesgos no son solo accidentes físicos. Los eventos hidrometeorológicos recientes en Veraguas, con inundaciones y deslizamientos de tierra, generaron daños importantes. Presentaron con evidencia la vulnerabilidad de las comunidades ante desastres. Los informes del Sistema Nacional de Protección Civil en 2024, reportaron decenas de familias afectadas, casas destruidas y fallecidos. Esta situación obligó a desplegar brigadas de rescate en zonas rurales.

Este contexto hace urgente incluir en el plan de capacitación componentes sobre identificación de riesgos ambientales. También, se necesitan procedimientos de evacuación, comunicación con autoridades y primeros auxilios psicológicos para la atención de personas en crisis. El proyecto no solo prepara a la Fundación para responder a emergencias pequeñas. También, la prepara para actuar de forma organizada ante desastres naturales.

La importancia social del proyecto aumenta al considerar que los niños son uno

de los grupos más expuestos a lesiones accidentales. La Organización Mundial de la Salud reporta que, los niños menores de cinco años tienen mayor riesgo de sufrir ahogamientos, quemaduras y caídas graves. Estas lesiones son una de las principales causas de muerte en la infancia a nivel mundial. Muchas veces se pueden prevenir con una atención inmediata y correcta. En los ambientes institucionales, donde los cuidadores son adultos sin formación médica, la capacitación en primeros auxilios se convierte en una herramienta clave para garantizar la seguridad de los niños. La Fundación Nutre Hogar, al implementar este plan, sigue las recomendaciones internacionales sobre protección infantil y salud comunitaria.

Desde el punto de vista económico y social, la capacitación en primeros auxilios genera beneficios que van más allá de la institución. Prevenir lesiones reduce el gasto en salud, evita ausencias laborales y disminuye las secuelas que limitan la productividad de las personas. Cada minuto de respuesta inmediata antes de la llegada del personal médico puede ser la diferencia entre una recuperación total y una discapacidad permanente. Invertir en formación se traduce en ahorro para el sistema de salud y en bienestar para las familias. En regiones con recursos limitados, este impacto es aún más claro. La respuesta comunitaria es el primer paso del sistema de emergencia.

El componente educativo del proyecto, también tiene un valor formativo importante. La capacitación no solo enseña conocimientos técnicos. Desarrolla actitudes de responsabilidad, solidaridad y autocontrol ante los problemas. Estas habilidades se pueden usar en otros aspectos de la vida. Contribuyen a la unión social. En la Fundación Nutre Hogar, donde el trabajo se basa en la cooperación y la ayuda mutua, estas habilidades fortalecen la misión institucional. Mejoran la convivencia entre colaboradores y beneficiarios. Incluir talleres participativos, simulaciones y evaluación práctica asegura, que el aprendizaje sea significativo y aplicable en el ambiente real.

El impacto esperado del proyecto se ve en varios niveles. En el plano individual, los participantes adquirirán habilidades concretas para evaluar una emergencia, actuar con rapidez y aplicar procedimientos de atención inicial. En el plano institucional, la Fundación tendrá un personal más preparado. Podrá responder ante accidentes y liderar acciones preventivas. En el plano comunitario, la capacitación generará un efecto de multiplicación. Los participantes podrán compartir los conocimientos adquiridos con sus familias y vecinos. Este efecto en cadena ayuda a crear comunidades más seguras y capaces de recuperarse. Están preparadas para actuar antes, durante y después de una emergencia.

El proyecto, también fortalece la conexión con entidades locales de respuesta y salud. La Fundación podrá coordinar con el Centro de Salud, el Cuerpo de Bomberos, la Cruz Roja y el Sistema Nacional de Protección Civil. Podrá realizar prácticas conjuntas, actualizar protocolos y responder de forma coordinada ante emergencias reales. Esta colaboración entre instituciones optimiza los recursos, mejora la comunicación y garantiza una atención más efectiva. Además, coloca a la Fundación como un actor activo en la red provincial de gestión del riesgo.

La experiencia internacional demuestra que los programas de capacitación en primeros auxilios tienen un impacto duradero. Esto ocurre cuando se integran a las rutinas de trabajo y se actualizan de forma periódica. Kuzmin et al. (2024) reportaron, en Rusia, que usar plataformas electrónicas con módulos teóricos, ejercicios prácticos y exámenes finales mejoró la preparación de personas sin formación médica. Pavoni y Tharris (2021), en el Reino Unido destacaron que la enseñanza que une aspectos físicos y psicológicos fomenta la confianza y la capacidad de recuperación de los participantes.

Estas pruebas sugieren que la Fundación puede usar estrategias mixtas de aprendizaje presencial y virtual. Debe incluir evaluaciones periódicas que aseguren que el conocimiento se retiene.

La aplicación del plan, también ayudará a cumplir con los Objetivos de Desarrollo Sostenible. En especial, el ODS 3, que busca asegurar una vida sana y promover el bienestar. También, el ODS 11, que busca lograr comunidades seguras y resilientes. Fortalecer la respuesta comunitaria ante emergencias entra dentro de las metas de salud pública y reducción de riesgos de desastres. Desde este punto de vista, el proyecto tiene un alcance que va más allá de la institución. Aporta al desarrollo sostenible local y nacional.

La importancia del proyecto en el tiempo también es clara. Los reportes recientes de lluvias fuertes y desastres naturales en Panamá, junto con el aumento de la movilidad humana y la exposición de niños a riesgos ambientales, demuestran que el país enfrenta desafíos crecientes en seguridad y protección. La capacitación del personal de la Fundación Nutre Hogar se convierte en una acción preventiva. Contribuye a reducir la vulnerabilidad de grupos sensibles. La formación en primeros auxilios y gestión de riesgos no se debe ver como algo extra. Es una habilidad esencial para cualquier institución, que trabaje con personas.

La justificación del proyecto se basa en la combinación de pruebas estadísticas, respaldo teórico y la necesidad social. Las lesiones, las emergencias médicas y los desastres naturales son parte del ambiente real en el que opera la Fundación. La respuesta efectiva depende de la preparación de quienes están presentes cuando ocurre el evento. Los estudios académicos demuestran que la capacitación organizada y constante mejora la capacidad de respuesta y salva vidas.

Las estadísticas nacionales e internacionales confirman que, Panamá enfrenta riesgos importantes, pues piden fortalecer la educación en primeros auxilios. Los beneficiarios directos e indirectos son el personal institucional, las familias atendidas y la comunidad cercana. La formación en primeros auxilios e

identificación de riesgos no es un lujo. Es una necesidad inmediata para garantizar la seguridad, reducir las pérdidas humanas y consolidar una cultura preventiva que respalde la misión social de la Fundación Nutre Hogar en Veraguas.

## 1.4 Objetivos

### 1.4.1 Objetivo General

Realizar un plan de capacitación de primeros auxilios e identificación de situaciones de riesgo para la Fundación Nutre Hogar Provincia de Veraguas distrito de Santiago.

### 1.4.2 Objetivos Específicos:

- Diagnosticar el nivel de conocimientos y habilidades del personal de la Fundación Nutre Hogar en primeros auxilios y gestión de riesgos, a fin de establecer una línea base para el plan de capacitación.
- Diseñar un programa formativo adaptado al contexto institucional que integre contenidos teóricos, ejercicios prácticos y protocolos actualizados de atención inicial ante emergencias.
- Desarrollar talleres y simulacros que fortalezcan la capacidad de respuesta del personal ante accidentes, enfermedades súbitas y situaciones derivadas de fenómenos naturales.
- Evaluar el impacto del plan de capacitación a través de instrumentos de medición del desempeño, con el propósito de asegurar la mejora continua y la sostenibilidad del aprendizaje adquirido.

## 1.5 Duración

El plan de capacitación en primeros auxilios e identificación de situaciones de riesgo para la Fundación Nutre Hogar, en la provincia de Veraguas, tendrá una duración total de cuatro meses. Este tiempo es adecuado para cumplir con los objetivos propuestos, las actividades programadas y el presupuesto asignado.

Durante este periodo se desarrollará por etapas las fases del proyecto, en las cuales se tendrán, investigaciones, diagnóstico, formación, práctica y evaluación. Esto asegura principalmente, que los participantes adquieran conocimientos sólidos y habilidades aplicables en su trabajo y en su comunidad.

Primera fase (1 mes): Investigación y desarrollo del tema

En esta fase se harán investigaciones pertinentes al tema de la capacitación de primeros auxilios e identificación de situaciones de riesgo para la Fundación Nutre Hogar provincia de Veraguas, distrito de Santiago. Así, también se realizaron los contactos con la administración de la Fundación de Nutre Hogar para la ejecución de los talleres y solicitud de información relacionada con la Fundación. En esta fase, además, se hicieron los diseños de los instrumentos de pre- test y post -test y también, se diseñaron los certificados para la capacitación.

Segunda fase (1 mes): Desarrollo del primer capítulo

Esta fase comprende todo lo relacionado con el marco referencial del proyecto, desde los antecedentes, justificación, objetivos, beneficiarios, localización, marco institucional, entre otros.

Tercera fase (1 mes): Desarrollo del segundo capítulo

Esta fase comprende la descripción del proyecto, donde se describen los fundamentos teóricos, la intervención, la estructura organizativa y de gestión del proyecto, las especificaciones operacionales de las actividades y tareas a realizar, los productos, el cronograma y presupuesto, entre otros.

Cuarta fase (15 días): Capacitación teórico-práctica

Se aplican herramientas para medir lo que el personal y el voluntariado saben inicialmente sobre primeros auxilios, manejo de emergencias y prevención de

riesgos. Con base en, los resultados, se ajustará el contenido de la formación. También, se definirán los grupos de trabajo, horarios y recursos necesarios. Además, se realizan talleres presenciales con sesiones una vez a la semana. Estas se enfocarán en temas clave: evaluación de la escena, bioseguridad, control de hemorragias, atención del atragantamiento, RCP básica, uso del DEA, manejo de quemaduras, fracturas, convulsiones y primeros auxilios psicológicos.

Estas actividades se complementarán con prácticas guiadas, demostraciones y simulacros dentro de la institución. Y finalmente, se harán simulaciones integrales de emergencias y ejercicios de respuesta ante desastres. Los participantes aplicarán los conocimientos que aprendieron. Finalmente, se escribirán; se entregarán certificados de participación a quienes cumplan con los criterios de evaluación.

#### Quinta fase: (15 días) Cierre del proyecto

En esta fase se harán todos los cuadros, gráficas, figuras, así como, también se elaborarán los anexos correspondientes y más relevantes de este proyecto.

El periodo de cuatro meses permite distribuir el tiempo de forma equilibrada entre la elaboración de los capítulos sustentatorios de este trabajo y con la formación teórica, la práctica y la evaluación constante. No interfiere con las labores diarias de la Fundación. Además, esta duración facilita el uso razonable del presupuesto destinado a materiales, logística, asesoría técnica y certificación. Esto asegura que el proyecto es viable y se puede sostener.

La duración establecida garantiza la coherencia entre los objetivos propuestos, las actividades planificadas y los recursos disponibles. Asegura que, al finalizar la capacitación, el personal y el voluntariado de la Fundación Nutre Hogar tengan las habilidades necesarias para actuar con seguridad y eficiencia ante cualquier emergencia o situación de riesgo.

## 1.6 Beneficiarios

El proyecto "Plan de capacitación en primeros auxilios e identificación de situaciones de riesgo para la Fundación Nutre Hogar, provincia de Veraguas, distrito de Santiago" tiene beneficiarios que se dividen en dos grupos principales: directos e indirectos. Ambos grupos aportan valor al fortalecimiento de la seguridad institucional y a la creación de una cultura de prevención dentro y fuera de la Fundación.

### 1.6.1 Directos

El grupo de beneficiarios directos incluye al personal administrativo, a las nanas o cuidadoras, al personal de salud y a los voluntarios que trabajan en la sede de la Fundación Nutre Hogar en Santiago, Veraguas. Estas personas tienen contacto diario con los niños y con las familias que reciben ayuda. Por eso, su papel es clave para prevenir y atender las emergencias de forma inmediata.

El personal que participa recibirá formación práctica y teórica. Los temas incluyen el uso de extintores, la aplicación de primeros auxilios, el manejo de heridas, el control de hemorragias, la reanimación cardiopulmonar (RCP), cómo actuar ante atragantamientos, quemaduras, convulsiones y desmayos. También, aprenderán a implementar rutas de evacuación y a responder ante incendios o desastres naturales.

La capacitación permitirá que cada miembro del personal desarrolle habilidades para actuar con seguridad, liderazgo y coordinación durante una emergencia. Además, el plan busca fortalecer la comunicación interna y la cooperación entre los distintos departamentos de la Fundación. Esto garantiza que todos conozcan los procedimientos de acción y las responsabilidades asignadas en caso de un evento crítico.

### 1.6.2 Indirectos.

Los beneficiarios indirectos son los niños que atiende la Fundación Nutre Hogar y los familiares de los trabajadores y voluntarios capacitados. Los conocimientos que adquiere el personal se llevarán al ambiente familiar y comunitario. Esto crea una red de protección más amplia. Al compartir las habilidades aprendidas, los participantes podrán orientar a sus familiares sobre medidas preventivas, primeros auxilios básicos y procedimientos de evacuación.

De igual forma, la comunidad cercana a la Fundación se beneficiará indirectamente. La presencia de personal capacitado ayuda a reducir los riesgos y a tener una respuesta más rápida y organizada ante emergencias. Esto fomenta un ambiente más seguro, no solo dentro de las instalaciones de la institución, sino también en las casas y espacios públicos donde interactúan los miembros de la Fundación.

En conjunto, los beneficiarios directos e indirectos de este proyecto ayudarán a consolidar una cultura de prevención, seguridad y autocuidado. Esto fortalecerá el compromiso social de la Fundación Nutre Hogar con la protección total de la infancia y el bienestar comunitario en la provincia de Veraguas.

### 1.7 Localización física

La Fundación Nutre Hogar, sede Veraguas, se ubica en la Barriada 26 de noviembre. Esto queda en el corregimiento y distrito de Santiago, provincia de Veraguas, República de Panamá.

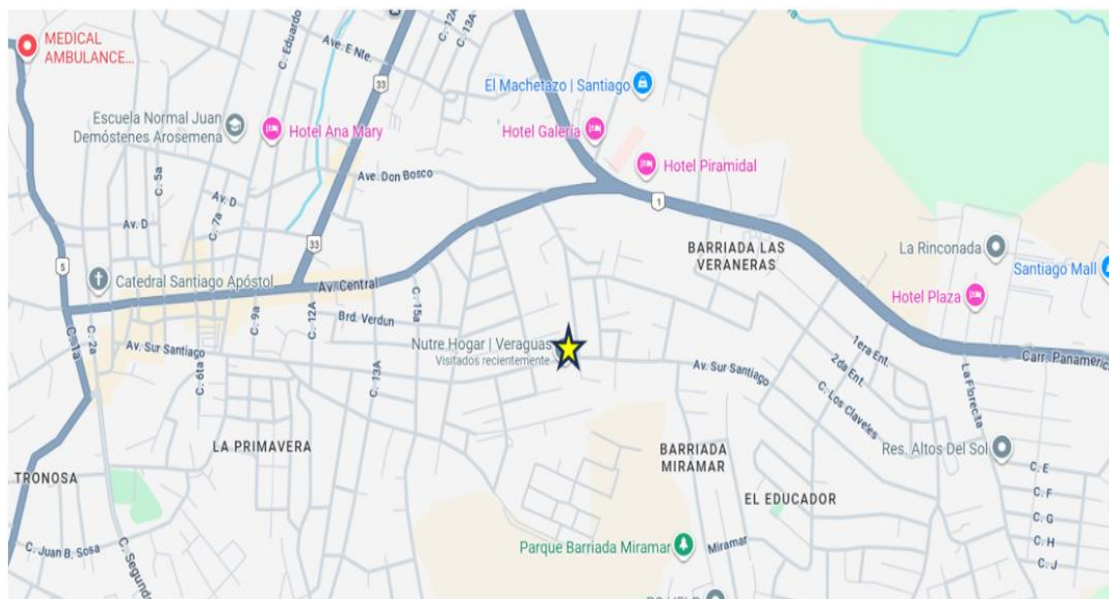
La instalación tiene referencias conocidas. Se encuentra cerca del centro de artes marciales HS Taekwondo y de la Iglesia de Santo Tomás. Estos son puntos reconocidos de la comunidad que facilitan la ubicación. Además, se sitúa a unos 3 kilómetros al noroeste del Aeropuerto Rubén Cantú. Esto permite un acceso sencillo por tierra o aire para visitas institucionales o en caso de emergencia.

El horario provisional de atención es de lunes a viernes, de 8:00 a.m. a 4:00 p.m. Esto se basa en los registros del sistema migratorio y del personal administrativo de la institución.

Esta localización es estratégica. Permite la llegada rápida de servicios de salud, bomberos y personal de protección civil. Esto fortalece la viabilidad del proyecto y facilita la ejecución de las actividades de capacitación en primeros auxilios y gestión de riesgos.

### 1.7.1 Macro Localización

**Figura 1: Macro Localización**



Fuente: Google Maps (2025)

### 1.7.2 Micro Localización

**Figura 2:** *Micro Localización*



**Fuente:** *Google Maps, 2025.*

### 1.8 Marco institucional del proyecto

El proyecto "Plan de capacitación en primeros auxilios e identificación de situaciones de riesgo para la Fundación Nutre Hogar, provincia de Veraguas, distrito de Santiago" se hace con la colaboración de dos instituciones importantes: la Universidad Especializada de las Américas (UDELAS) y la Fundación Nutre Hogar Veraguas. Ambas entidades comparten un compromiso social de ayudar al desarrollo humano, la prevención y la atención completa de la comunidad, sobre todo en grupos vulnerables.

## **Universidad Especializada de las Américas (UDELAS)**

La UDELAS es una universidad pública creada en 1997. Su objetivo es formar profesionales competentes y comprometidos con la innovación, la investigación y el desarrollo social de Panamá. Su misión principal es dar educación con calidad humana, promoviendo la inclusión, la igualdad y el servicio a la comunidad (UDELAS, 2024).

La Facultad de Ciencias Médicas y Clínicas, a través de la Licenciatura en Urgencias Médicas y Desastres, busca preparar a profesionales con las habilidades necesarias para responder bien ante emergencias, accidentes y desastres naturales o causados por el ser humano. Como parte de su práctica, el programa promueve crear proyectos que fortalezcan la cultura de prevención y la gestión del riesgo en instituciones públicas y privadas.

En este proyecto, los estudiantes de la Licenciatura en Urgencias Médicas y Desastres tienen un papel esencial. Ellos planifican, desarrollan y ejecutan el plan de capacitación en primeros auxilios para el personal de la Fundación Nutre Hogar. Su trabajo incluye:

- Hacer el diagnóstico institucional sobre lo que se sabe y lo que se necesita en primeros auxilios.
- Diseñar los módulos teóricos y prácticos de la capacitación, siguiendo las normas del Ministerio de Salud (MINSAL), el Sistema Nacional de Protección Civil (SINAPROC) y la Cruz Roja Panameña.
- Impartir talleres presenciales sobre la atención inicial de emergencias, la reanimación cardiopulmonar (RCP), el manejo de heridas, el control de hemorragias y la evacuación segura.
- Evaluar lo que el personal aprende con herramientas válidas. Esto garantiza que adquieran habilidades prácticas.

- Preparar un informe técnico con los resultados y las recomendaciones para que el plan se mantenga en el tiempo.

Este proyecto refuerza la conexión de la universidad con la comunidad. Cumple con la función social de UDELAS y su compromiso de formar profesionales con base en la práctica y el servicio a la sociedad (UDELAS, 2023).

### **Fundación Nutre Hogar Veraguas**

La Fundación Nutre Hogar es una organización sin fines de lucro conocida a nivel nacional por su trabajo en la atención integral de niños con desnutrición y en situaciones sociales vulnerables. Su misión es mejorar la calidad de vida de los niños por medio de programas de nutrición, educación, salud y desarrollo humano (Fundación Nutre Hogar, 2024).

En la provincia de Veraguas, la sede de la Fundación está en la Barriada 26 de noviembre, en el distrito de Santiago. Atiende a niños con bajo peso, desnutrición o problemas médicos relacionados. También, acompaña a sus familias. El personal está compuesto por administrativos, personal de salud, cuidadoras, voluntarios y colaboradores comunitarios. Ellos serán los principales beneficiarios del plan de capacitación.

Dentro de este proyecto, la Fundación Nutre Hogar tiene las siguientes responsabilidades:

- Facilitar las instalaciones para realizar las actividades de formación.
- Garantizar la participación del personal administrativo, de salud y de apoyo.
- Coordinar con la dirección institucional los horarios, la logística y los materiales necesarios para la capacitación.
- Promover la aplicación de los protocolos aprendidos y la inclusión de medidas de seguridad en el trabajo diario.

- Mantener un registro del personal capacitado y actualizar sus conocimientos de forma periódica junto con UDELAS.

La unión entre UDELAS y Nutre Hogar se basa en la necesidad de crear ambientes institucionales seguros. En estos ambientes, el personal debe estar preparado para actuar ante emergencias médicas y desastres naturales. Este trabajo en conjunto ayuda a cumplir con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), especialmente el ODS 3 “Salud y bienestar” y el ODS 4 “Educación de calidad”, impulsados por las Naciones Unidas (ONU, 2023).

Ambas instituciones cumplen funciones, que se complementan: UDELAS aporta el conocimiento técnico, científico y académico. Nutre Hogar facilita el lugar, la población beneficiaria y el ambiente social donde se aplicará el aprendizaje. Así, se consolida una colaboración académica y comunitaria, que ayuda a prevenir riesgos. Fortalece el autocuidado y promueve una cultura de respuesta organizada frente a emergencias.

# **CAPÍTULO II**

## **CAPÍTULO II: DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO**

### 2.1 Fundamentación teórica

Los primeros auxilios son la respuesta rápida y organizada ante lesiones o enfermedades repentinas. Se enfocan en ver si el lugar es seguro, pedir ayuda, aplicar acciones básicas y preparar el traslado. Su objetivo es proteger la vida, limitar el daño y facilitar la recuperación hasta que llega el personal de salud.

#### Definición de primeros auxilios

La Organización Mundial de la Salud define los primeros auxilios como el conjunto de conocimientos y habilidades clave que la gente de la comunidad aprende. Sirven para reconocer emergencias, dar asistencia inicial segura y activar el sistema de emergencias. Esto se integra como parte del sistema de atención de urgencias del país (World Health Organization, 2023). El programa Community First Aid Response explica que formar a personas de la comunidad para que intervengan mejora la activación del sistema. También, reduce las demoras y es rentable.

La Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Medialuna Roja entiende los primeros auxilios como acciones que se basan en evidencia y buenas prácticas. Las realizan personas sin conocimiento médico para preservar la vida, aliviar el sufrimiento y evitar discapacidades mientras llega la atención de salud (Cruz Roja, 2020). Sus guías internacionales ponen la educación y la adaptación al contexto local como puntos clave para decidir qué técnicas enseñar y cómo evaluarlas.

La Asociación Americana del Corazón presenta los primeros auxilios como cuidados inmediatos para problemas de salud comunes y críticos, golpes, problemas ambientales y toxicología (American Heart Association, 2024). La actualización de 2024, en alianza con la Cruz Roja Estadounidense, establece

recomendaciones específicas. Da prioridad al reconocimiento temprano, al control de hemorragias y a la coordinación con los servicios de emergencia.

Las tres definiciones coinciden en cuatro ideas, que se pueden aplicar al proyecto. Estas son: el enfoque en salvar vidas y reducir las secuelas, la necesidad de activar el sistema de emergencias, la adaptación al contexto y la formación basada en habilidades. El plan para la Fundación Nutre Hogar debe integrar estos puntos y medir lo que se aprende. Debe enfatizarlas habilidades prácticas.

#### Pasos claves para los primeros auxilios

Evaluación de la escena y autoprotección. La seguridad del lugar guía todas las decisiones. La IFRC y la AHA recomiendan comprobar si hay peligros, usar elementos de protección y evitar riesgos eléctricos, químicos o estructurales antes de acercarse a la víctima (Cruz Roja, 2020).

Activación del sistema de emergencias y pedido de ayuda. Reconocer las señales de gravedad y llamar al número local de emergencias forma parte del primer minuto. La WHO CFAR, subraya que pedir ayuda rápido conecta a la comunidad con el sistema y mejora los tiempos de atención (World Health Organization, Community First Aid, 2023).

Valoración primaria de la persona. Hay que, verificar la respuesta, la respiración y el pulso cuando sea necesario. Si la respiración no es normal, se deben iniciar compresiones torácicas de alta calidad y pedir un DEA si está disponible, según la AHA 2024 (American Heart Association, 2024).

Intervenciones críticas inmediatas. Se debe controlar el sangrado con presión directa. Si no se detiene, se usa un torniquete comercial si hay entrenamiento y dispositivos aprobados. El manejo del atragantamiento se hace con golpes en la espalda y compresiones abdominales o torácicas, según la edad y la condición. A

las personas inconscientes, que respiran se les debe colocar en la posición lateral de seguridad.

Atención inicial de lesiones frecuentes. Se deben enfriar de inmediato las quemaduras térmicas con agua corriente. Se inmovilizan las extremidades de las que se sospecha que tienen fractura. Se controlan las heridas con apósitos limpios. Se vigilan las señales de shock. La IFRC recomienda adaptar las técnicas a los recursos disponibles y a la cultura local (World Health Organization, Community First Aid 2023).

Registros y traspaso de la información. Se debe comunicar a los equipos de respuesta lo que se vio, lo que se hizo y la evolución. La WHO CFAR y las guías de educación de la IFRC resaltan que, la comunicación debe ser clara y el traspaso de información organizado.

**Cuadro 1:** Pasos claves de primeros auxilios

<b>Paso clave</b>	<b>Federación Internacional de la Cruz Roja y Media Luna Roja (IFRC, 2020)</b>	<b>Asociación Americana del Corazón (AHA, 2024)</b>	<b>Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023)</b>	<b>Explicación general</b>
<b>1. Evaluación de la escena y autoprotección</b>	Prioriza la seguridad del interviniente antes de cualquier acción. Recomienda observar el entorno y retirar peligros potenciales.	Destaca el principio de “primero la seguridad” y el uso de barreras protectoras como guantes o mascarillas.	Promueve la verificación de riesgos eléctricos, químicos o biológicos antes de intervenir.	Garantiza la seguridad del rescatador, evita nuevos accidentes y permite una atención más efectiva.

<b>2. Activación del sistema de emergencias</b>	Indica la necesidad de contactar de inmediato al servicio local de emergencias e informar con claridad la situación.	Recomienda activar el sistema 911 lo antes posible y preparar el entorno para la llegada de los equipos de socorro.	Sugiere integrar la comunidad con el sistema nacional de salud mediante avisos tempranos.	Conectar rápidamente a la víctima con ayuda profesional aumenta las probabilidades de supervivencia.
<b>3. Valoración primaria de la víctima</b>	Evalúa nivel de conciencia, respiración y pulso, siguiendo el enfoque ABC (vía aérea, respiración, circulación).	Indica iniciar RCP inmediata si la víctima no respira normalmente y usar el DEA cuando esté disponible.	Establece una valoración rápida del estado vital para priorizar acciones de salvamento.	Permite identificar situaciones críticas y aplicar las maniobras adecuadas sin demora.
<b>4. Intervenciones críticas inmediatas</b>	Control de hemorragias mediante presión directa y manejo de atragantamientos o convulsiones.	Detalla uso de torniquetes, maniobra de Heimlich y posición lateral de seguridad.	Recomienda intervenciones adaptadas al contexto y recursos locales.	Busca mantener la vida hasta la llegada del personal médico y evitar complicaciones mayores.
<b>5. Atención inicial de lesiones frecuentes</b>	Orienta en el manejo de heridas, fracturas, quemaduras y cuerpos extraños.	Enseña técnicas de inmovilización básica y cuidado de quemaduras con agua fría.	Promueve medidas de control de infecciones y reducción del daño.	Ayuda a prevenir infecciones, dolor y deterioro del estado físico de la víctima.
<b>6. Comunicación</b>	Sugiere informar al personal de	Promueve una comunicación	Recalca la necesidad de	Garantiza continuidad en

<b>y traspaso de información</b>	salud sobre la situación, lo realizado y la respuesta de la víctima.	breve, estructurada y precisa.	documentar la intervención para seguimiento clínico.	la atención y facilita el trabajo del personal médico.
----------------------------------	--	--------------------------------	--	--

*Fuente: Elaboración propia (2025)*

El plan debe convertir estos pasos en listas de verificación operativas. Se propone una tarjeta de bolsillo, con la secuencia segura, otra con manejo del sangrado y una para atragantamiento en lactantes y niños por la naturaleza del servicio de Nutre Hogar.

#### Consideraciones importantes para los primeros auxilios

Hay consideraciones importantes sobre los primeros auxilios que se deben tener en cuenta:

- Consentimiento y respeto. Las guías de la IFRC incluyen que se debe explicar lo que se hará, pedir permiso cuando la persona está consciente y respetar su privacidad (Cruz Roja, 2020). En el caso de los menores de edad, se debe actuar pensando en el interés superior del niño.
- Limitación a habilidades. Las guías recomiendan, que la persona a quienayudan, sin ser experta, actúe solo con lo que aprendió en su entrenamiento. La AHA y la IFRC insisten en no dar medicamentos ni hacer procedimientos invasivos que no estén indicados por el protocolo de primeros auxilios (American Heart Association, 2024).
- Bioseguridad. Esto incluye usar guantes, lavarse las manos, usar barreras para la ventilación cuando se enseñe, manejar bien los materiales contaminados y tener un lugar seguro para desecharlos. Los manuales operativos de la Cruz Roja incluyen estas prácticas de forma detallada (Cruz Roja Americana 2024).
- Primeros auxilios psicológicos. La IFRC y la AHA reconocen cómo afectan las emergencias a las emociones. Recomiendan el contacto tranquilo, la

escucha activa y el apoyo a la persona hasta que llegue la ayuda (UNICEF, 2023)

- Adaptación cultural y de recursos. Las recomendaciones deben ajustarse a la realidad local sin perder la base científica. La WHO CFAR insiste en adaptar los materiales, los tiempos y los ejemplos a cada comunidad.

**Cuadro 2:** Consideraciones importantes en los primeros auxilios

<b>Tema</b>	<b>Federación Internacional de la Cruz Roja y Media Luna Roja (IFRC, 2020)</b>	<b>Asociación Americana del Corazón (AHA, 2024)</b>	<b>Manual de la Cruz Roja Panameña (2023)</b>	<b>Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023)</b>	<b>Explicación general</b>
Consentimiento y respeto por la víctima	Señala que debe solicitarse consentimiento cuando la persona está consciente y explicarle brevemente las acciones que se realizarán. Promueve el respeto por la privacidad y la dignidad.	Recomienda siempre explicar la intervención, especialmente en adultos conscientes y en presencia de familiares.	Incluye lineamientos éticos sobre el trato digno y la protección de la intimidad de la persona auxiliada.	Vincula el respeto y consentimiento con los derechos humanos y la atención centrada en la persona.	Fomenta confianza, comunicación efectiva y reduce el temor de la víctima.
Límites de actuación	Recomienda actuar solo dentro del nivel de entrenamiento recibido, evitando procedimientos invasivos.	Define claramente qué maniobras puede realizar un primer respondiente lego y cuáles no.	Establece límites en la aplicación de medicamentos o técnicas médicas sin autorización profesional.	Promueve que cada persona actúe conforme a sus capacidades, evitando daños por imprudencia.	Garantiza seguridad jurídica y técnica durante la asistencia.

Bioseguridad y prevención de contagios	Establece normas básicas como el uso de guantes, lavado de manos y manejo seguro de fluidos.	Aconseja el uso de barreras protectoras y la desinfección de materiales utilizados.	Contiene protocolos específicos de limpieza, desecho de materiales y control de infecciones.	Relaciona la bioseguridad con la salud pública y la prevención de enfermedades transmisibles.	Protege tanto al socorrista como a la víctima ante riesgos biológicos.
Primeros auxilios psicológicos	Introduce el apoyo emocional como parte integral del auxilio inicial, fomentando calma y escucha activa.	Reconoce el valor del autocontrol emocional y del acompañamiento psicológico básico.	Incorpora pautas de contención y derivación en casos de crisis emocional o trauma.	Promueve intervenciones psicosociales en emergencias comunitarias.	Reduce el impacto emocional en víctimas y respondientes.
Adaptación cultural y de recursos	Sugiere adaptar la enseñanza y aplicación de los primeros auxilios según la cultura y recursos disponibles.	Recomienda adaptar los protocolos según la realidad del entorno.	Fomenta el uso de materiales alternativos y lenguaje sencillo en comunidades vulnerables.	Promueve la contextualización local como elemento clave de sostenibilidad.	Aumenta la efectividad del aprendizaje y la aceptación comunitaria.
Coordinación institucional y documentación	Propone vincular los programas comunitarios con servicios médicos y registrar las acciones realizadas.	Recomienda informar de manera clara a los servicios de emergencia sobre lo hecho y lo observado.	Exige la documentación básica del evento para fines administrativos y de aprendizaje.	Enfatiza el registro como herramienta de evaluación y mejora de políticas de salud pública.	Garantiza trazabilidad y mejora continua en los procesos de atención y capacitación.

Fuente: Elaboración propia (2025)

El cuadro 2 demuestra que, todas las organizaciones comparten principios éticos y técnicos básicos. Estos son: actuar con respeto, solo con las habilidades que se aprendieron, con protección personal y emocional, y en conjunto con el sistema de salud. La IFRC resalta la parte humanitaria. La AHA aporta la exactitud técnica. La Cruz Roja Panameña ajusta los procedimientos al ambiente del país. La OMS enfatiza que la atención inicial debe unirse a los sistemas de salud pública y a la gestión de emergencias en la comunidad.

#### Aspectos legales de los primeros auxilios

El marco legal que protege a las personas que ayudan es importante:

La gestión del riesgo y la preparación para emergencias son fundamentales para proteger la vida y disminuir las debilidades en instituciones y comunidades. En Panamá, la Ley 7 de 2005, creó el Sistema Nacional de Protección Civil (SINAPROC). Esta entidad se encarga de coordinar las acciones de prevención, respuesta y recuperación ante desastres. Esta ley, junto con la Ley 66 de 1947 (Código Sanitario), establece las reglas para asegurar condiciones seguras en lugares públicos y privados.

En el área educativa y social, implementar planes de primeros auxilios y rutas de evacuación responde a la necesidad de tener protocolos claros ante emergencias. Estos pueden ser incendios, sismos, inundaciones, accidentes o problemas médicos. Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS), contar con brigadas entrenadas en primeros auxilios reduce mucho el impacto de los accidentes. Esto permite dar atención inmediata mientras llega la ayuda especializada.

Además, la Estrategia Nacional de Gestión Integral de Riesgo de Desastres de Panamá (2011–2030), subraya que es importante fomentar una cultura de prevención y de capacidad de recuperación comunitaria. Esto es especialmente necesario en centros que atienden a poblaciones vulnerables, como los niños. Los

planes de evacuación, cuando tienen señalización, se practican y se actualizan, permiten actuar de forma organizada. Así se evita el pánico y se reduce la posibilidad de que haya pérdidas humanas.

El proyecto se alinea con estos marcos al promover una formación validada. También, promueve que se actúe con las habilidades que se aprendieron y en coordinación con el sistema de emergencias. Se recomienda que la Fundación establezca protocolos internos formales y lleve un registro de los participantes y las prácticas. Esto es importante para asegurar la calidad y el seguimiento.

### Situaciones de Riesgo

Las situaciones de riesgo son condiciones del ambiente o de la actividad que aumentan la probabilidad de que haya un daño a las personas, los bienes o el ambiente. En el contexto de Nutre Hogar, incluyen peligros en el hogar, la comunidad, el trabajo y eventos naturales. Estos exigen prevención y preparación constante.

### Tipos de situaciones de riesgo

Riesgos naturales. La UNDRR, define y clasifica los peligros por el clima (inundaciones, deslizamientos y tormentas) y los geológicos (sismos y erupciones). En la gestión del riesgo, se unen la amenaza, la exposición y la vulnerabilidad para determinar qué tan grave es el riesgo. En Panamá, la política nacional reconoce estos peligros y la necesidad de planes locales (Oficina de las Naciones Unidas para la Reducción del Riesgo de Desastres, 2025)

Riesgos tecnológicos y antrópicos. Incluyen incendios en estructuras, fallas eléctricas, fugas de gas, sustancias peligrosas y accidentes viales. La OPS resalta que la Región de las Américas mantiene una alta carga de muertes por accidentes de tráfico. La respuesta rápida y la educación comunitaria son parte de la solución (World Health Organization, 2023)

Riesgos biológicos y sanitarios. Esto abarca brotes de enfermedades, la exposición a fluidos corporales y los accidentes con objetos punzocortantes. Los manuales de Cruz Roja y las guías AHA, insisten en la bioseguridad, la higiene de manos y el manejo de materiales contaminados como medidas que se aplican a todo (Cruz Roja, 2020).

Riesgos psicosociales asociados a la emergencia. Se refieren al estrés grave y a las reacciones emocionales de las víctimas y los testigos. La IFRC propone incluir los primeros auxilios psicológicos y el cuidado de la persona, que ayuda para mantener la respuesta.

Prevención y acción ante situaciones de riesgo.

La gestión de riesgos no es solo reaccionar, sino anticiparse y actuar de forma organizada:

Prevención basada en el ciclo de gestión de riesgo. La UNDRR propone evitar riesgos nuevos, disminuir los que ya existen y manejar el riesgo restante con acciones de preparación y respuesta (Oficina de las Naciones Unidas para la Reducción del Riesgo de Desastres, 2025). Esto se traduce en evaluar los peligros, reducir las debilidades, educar y hacer simulacros.

Medidas estructurales y no estructurales. La política nacional y el plan estratégico del SINAPROC sugieren usar señalización, establecer rutas de evacuación, definir puntos de encuentro y dar mantenimiento a las instalaciones. Esto debe ir junto con programas de formación y la coordinación con las autoridades locales (SINAPROC, 2023)

Prevención de lesiones y accidentes viales. La OPS conecta la seguridad vial con la planificación segura de los traslados, el uso de cinturones y sillas para niños, y la educación para peatones y cuidadores (UNICEF, 2023). En los ambientes comunitarios, estas acciones deben ir acompañadas de primeros auxilios

enfocados en controlar las hemorragias, la inmovilización básica y la señalización del lugar del accidente.

Acción inicial en la emergencia. La IFRC y la AHA, describen un orden claro para actuar: evaluar el lugar, activar las emergencias, valorar a la persona, intervenir según la prioridad y coordinar el traslado. La WHO CFAR, añade que se debe integrar la acción, con el sistema de salud y registrar lo que se hizo. (World Health Organization, 2023).

## 2.2 Intervención

En esta fase comienza el proceso de intervención de capacitación, el cual se detalla a continuación:

### Introducción

El Plan de Capacitación en Primeros Auxilios e Identificación de Situaciones de Riesgo para la Fundación Nutre Hogar, en la provincia de Veraguas, se presenta como una estrategia educativa. Su propósito es hacer más fuerte la capacidad de respuesta del personal administrativo, las cuidadoras y los colaboradores ante emergencias médicas y situaciones peligrosas. Este programa busca desarrollar habilidades prácticas y de conocimiento. Esto les permitirá actuar con rapidez, seguridad y un buen criterio técnico frente a accidentes o situaciones que pongan en peligro la vida de las personas, que reciben ayuda de la institución.

El ambiente en el que trabaja la Fundación, donde se atiende a niños con problemas de nutrición y de salud, pide un equipo preparado para responder de manera inmediata y efectiva ante cualquier urgencia. Por eso, esta capacitación enseña primeros auxilios básicos. También, ayuda a identificar riesgos en el ambiente y a organizar acciones preventivas dentro de la institución. De esta

manera, se refuerza la seguridad completa de los niños, el personal y las familias que están conectadas con la fundación.

Además, el plan sigue las políticas del Ministerio de Salud (MINSA) y el Sistema Nacional de Protección Civil (SINAPROC). Estas políticas promueven que los ciudadanos se formen en temas de salud y prevención de desastres. El enfoque une el aprendizaje teórico, la práctica guiada y la simulación de casos reales. Esto asegura una formación adaptada al ambiente educativo y social de Veraguas. El proyecto, también ayudará a crear una cultura institucional de autocuidado y gestión de riesgos, que se mantenga en el tiempo.

### Evaluación Diagnóstica

La evaluación diagnóstica tiene el objetivo de saber qué tanto sabe el personal de la Fundación Nutre Hogar. Busca identificar los conocimientos previos y las habilidades básicas que tienen sobre primeros auxilios y gestión de riesgos. Este diagnóstico permite establecer el nivel inicial del grupo. Ayuda a diseñar estrategias de enseñanza, que se ajusten a lo que necesitan. Se aplicará antes de empezar los talleres.

Consistirá en una prueba de selección múltiple, con preguntas sobre conceptos básicos, procedimientos y medidas de prevención. El pretest que se aplicó en la Fundación Nutre Hogar tuvo como propósito diagnosticar qué nivel de conocimientos previos tenía el personal administrativo, de salud y de apoyo en relación con los primeros auxilios y la identificación de situaciones de riesgo.

El instrumento incluyó once preguntas de selección múltiple. Estas preguntas fueron diseñadas para evaluar conceptos básicos como el objetivo de los primeros auxilios, el procedimiento correcto ante emergencias, el reconocimiento de los signos vitales y las acciones inmediatas frente a accidentes o lesiones.

Asimismo, el cuestionario, también permitió identificar los puntos fuertes y las áreas que necesitaban formación adicional en el grupo participante, lo que brindó un punto de partida para diseñar el plan de capacitación. Los resultados que se buscaban se enfocaron en medir la comprensión de las acciones iniciales ante hemorragias, quemaduras, atragantamientos, desmayos y situaciones de riesgo ambiental. Esta evaluación diagnóstica fue clave; porque permitió adaptar las sesiones teóricas y prácticas según las necesidades reales del personal. Diseño de talleres de capacitación y sesiones didácticas

La capacitación se desarrollará durante tres meses, con 6 sesiones formativas, de 4 horas cada una, combinando teoría, práctica y simulaciones.

**Cuadro 3:** *Diseño de talleres de capacitación y sesiones didácticas*

<b>Sesión</b>	<b>Tema central</b>	<b>Objetivo específico</b>	<b>Duración</b>	<b>Actividades principales</b>
<b>1</b>	Introducción a los primeros auxilios y seguridad del lugar	Reconocer la importancia y principios de los primeros auxilios	30 min	Charla introductoria, video educativo, análisis de casos reales
<b>2</b>	Evaluación inicial de la víctima	Aprender a evaluar conciencia, respiración y circulación	15 min	Demostración práctica, ejercicios en parejas, juegos de rol
<b>3</b>	Atención de emergencias comunes	Aplicar técnicas para hemorragias, fracturas, quemaduras y atragantamientos	1 hora y 30 min	Taller práctico, uso de materiales de simulación, guías ilustradas
<b>4</b>	Reanimación cardiopulmonar (RCP) y uso del DEA	Dominar la secuencia de RCP básica y uso de desfibrilador	1 hora	Práctica con maniqués, simulación de parada cardíaca
<b>5</b>	Identificación y prevención de riesgos en el entorno	Analizar los riesgos naturales y antrópicos del entorno de trabajo	30 min	Mapa de riesgos, elaboración de rutas de evacuación
<b>6</b>	Simulacros integrales y evaluación final	Integrar conocimientos mediante práctica supervisada	15 min	Ejercicio de simulacro completo,

				retroalimentación grupal
--	--	--	--	-----------------------------

Fuente: Elaboración propia (2025)

**Metodología:** Aprendizaje basado en problemas (ABP), simulación escenificada, aprendizaje entre pares y gamificación.

**Duración total:** 4 horas distribuidas en sesiones teóricas y sesiones prácticas.

**Grupo objetivo:** 25 participantes por cohorte (mix de roles: educadores, cocineros, administrativos, voluntarios).

#### Incorporación de materiales de apoyo

El desarrollo de los talleres contará con materiales visuales y prácticos que faciliten la comprensión de los contenidos. Entre ellos:

- Presentaciones digitales con contenido visual y ejemplos reales.
- Videos instructivos del Ministerio de Salud y la Cruz Roja Panameña.
- Manual impreso de primeros auxilios básicos.
- Botiquines didácticos con vendas, gasas, guantes y apósitos.
- Maniqués para práctica de RCP.
- Extintores inactivos para demostración de uso.
- Mapa institucional de rutas de evacuación.
- Guía de identificación de riesgos comunes en la Fundación.

#### Componentes Académicos Adaptados

El plan está diseñado con un enfoque que ayuda a los adultos a aprender (andragógico) y que promueve la participación. Se adapta a las características del personal de Nutre Hogar. Los temas que se van a trabajar incluyen:

- Conocimiento: Comprender los conceptos básicos sobre primeros auxilios, prevención y riesgos.
- Habilidades: Ejecutar de forma práctica las técnicas básicas, como la RCP, el control de hemorragias y el traslado seguro.

- Actitudes: Promover una manera de actuar preventiva, solidaria y con empatía ante las emergencias.

Cada sesión se planificará con actividades que avanzan paso a paso. El facilitador guiará la reflexión y el aprendizaje con ejemplos reales del ambiente de la institución. El contenido se ajustará al nivel educativo del grupo. Se usará un lenguaje que sea fácil de entender, con demostraciones visuales y prácticas guiadas. Se aplicarán formas de enseñanza activas, como el aprendizaje basado en problemas (ABP), la simulación de casos, el trabajo en equipo y las evaluaciones constantes.

El componente académico, también incluye usar estrategias para incluir a todos. Se toma en cuenta que el grupo es diverso en cuanto a formación, edad y experiencia. Se usarán recursos visuales, auditivos y de movimiento (kinestésicos) para facilitar el aprendizaje a través de diferentes estilos. Cada participante tendrá la oportunidad de tomar un papel activo en los ejercicios. Esto fortalece la confianza y la toma de decisiones en situaciones reales.

Además, se fomentará dar y recibir comentarios de forma continua. Esto es parte del proceso de mejora. Se valorarán tanto los aciertos como las áreas para crecer.

El aprendizaje se apoyará en principios de educación experiencial. El conocimiento nace de la práctica y la reflexión. Las sesiones unirán momentos de explicación con prácticas supervisadas. Esto permitirá que, los participantes relacionen los contenidos con su trabajo diario. Este enfoque completo garantiza que no solo adquieran habilidades técnicas. También, fortalece el trabajo en equipo, la responsabilidad y la conciencia preventiva dentro de la Fundación Nutre Hogar.

## Propuesta de actividades didácticas

**Cuadro 4:** *Actividades didácticas*

Nombre de la actividad	Objetivo	Contenido	Descripción	Duración
1. Charla introductoria “La importancia de los primeros auxilios”	Sensibilizar al personal sobre la relevancia de los primeros auxilios en su entorno laboral.	Concepto, objetivos y principios básicos de los primeros auxilios.	Se realiza una presentación con diapositivas y ejemplos reales sobre la aplicación de los primeros auxilios en instituciones infantiles.	15 min
2. Dinámica “Identifica el riesgo”	Reconocer los riesgos más comunes dentro de las instalaciones.	Identificación de peligros, prevención de accidentes.	Los participantes recorren el área de trabajo para observar, anotar y compartir riesgos potenciales en grupos.	30 min
3. Taller práctico de evaluación inicial	Enseñar la secuencia de evaluación del estado de la víctima.	Evaluación de la conciencia, respiración y pulso.	Se realiza una demostración guiada del enfoque ABC con práctica entre compañeros.	15 min
4. Ejercicio de control de hemorragias y heridas	Aplicar correctamente técnicas de presión directa y vendaje.	Tipos de hemorragias, materiales de curación.	Se usa material de simulación (gasas, vendas, apósitos) para practicar el control de sangrados.	30 min
5. Simulación de atragantamiento infantil y adulto	Desarrollar habilidades para responder ante casos de asfixia por objetos.	Maniobra de Heimlich y golpes interescapulares.	Se recrean situaciones controladas donde los participantes practican la técnica en maniqués.	30 min
6. Práctica de RCP y uso de DEA	Dominar la secuencia de reanimación cardiopulmonar básica.	Compresiones torácicas, ventilación, desfibrilador externo automático.	Con apoyo de maniqués se realizan repeticiones guiadas y correcciones del instructor.	30 min

7. Taller sobre manejo de quemaduras y fracturas	Aprender el tratamiento inicial ante lesiones físicas comunes.	Clasificación de quemaduras, inmovilización de miembros.	Los grupos practican el enfriamiento de quemaduras leves y el uso de férulas improvisadas.	30 min
8. Elaboración del mapa de riesgos institucional	Identificar zonas seguras, rutas de evacuación y puntos críticos.	Tipos de riesgos, rutas de escape, señalización.	Se diseña un mapa mural con la ubicación de salidas, botiquines, extintores y zonas seguras.	15 min
9. Simulacro de evacuación por incendio	Poner en práctica la organización y reacción ante una emergencia.	Plan de evacuación, roles de brigada, señalización.	Se realiza un simulacro general con cronometraje, observación de desempeño y retroalimentación.	30 min
10. Evaluación final y retroalimentación grupal	Valorar el aprendizaje adquirido y reforzar los aspectos a mejorar.	Revisión de contenidos, discusión grupal.	Se aplica el postest y se realiza un debate guiado sobre experiencias y aprendizajes durante la capacitación.	15 min

Fuente: *Elaboración propia (2025)*

## Evaluación final

La evaluación final medirá los conocimientos adquiridos y las habilidades prácticas desarrolladas durante los talleres. Incluye tres fases:

- Observación directa durante simulacros y prácticas.
- Post -Test de conocimientos teóricos.
- Autoevaluación reflexiva sobre desempeño y actitudes.
- Resumen del proceso

El plan inició, con una evaluación diagnóstica, que permitió conocer los niveles previos de conocimiento. Posteriormente, se desarrollaron sesiones teórico-prácticas que fortalecieron la capacidad de respuesta ante emergencias,

finalizando con una evaluación integral para verificar el progreso y la eficacia del programa.

El siguiente post -test tiene como finalidad medir los conocimientos adquiridos durante la capacitación en primeros auxilios e identificación de situaciones de riesgo. Cada pregunta presenta cuatro opciones de respuesta, de las cuales solo una es correcta. El post - test se aplicó justo al terminar la capacitación con el objetivo de evaluar cuánto conocimiento había adquirido el personal de la Fundación Nutre Hogar sobre primeros auxilios y prevención de riesgos.

El instrumento mantuvo la misma estructura, que el pre- test, con once preguntas de opción múltiple, lo que permitió comparar los resultados y medir el avance que se había logrado. Las preguntas trataron temas como el control de hemorragias, la atención de quemaduras, la maniobra de Heimlich, la reanimación cardiopulmonar (RCP) y cómo actuar ante desmayos o atragantamientos.

Los resultados de esta evaluación final mostraron una mejora significativa en la comprensión y en la aplicación de los procedimientos básicos de emergencia. Esto probó, que el programa de formación había sido efectivo.

Asimismo, el post test permitió confirmar que, el personal había asimilado los contenidos teóricos y prácticos, y que se habían fortalecido sus habilidades para actuar con seguridad y rapidez en situaciones críticas. Esta herramienta fue esencial para valorar el impacto de la capacitación y asegurar, que el aprendizaje obtenido fuera duradero.

## Plan de reforzamiento de primeros auxilios a reforzar cada 12 meses

### Objetivo general

Fortalecer los conocimientos y habilidades del personal y/o participantes en materia de primeros auxilios, permitiéndoles actuar de manera oportuna, segura y eficaz ante situaciones de emergencia, contribuyendo así a la protección de la vida y la prevención de complicaciones.

Primer día: Introducción a los Primeros Auxilios y Ley del Buen Samaritano.

### Contenido

- Definición de Primeros Auxilios:

Los primeros auxilios son el conjunto de acciones inmediatas y temporales que se brindan a una persona que ha sufrido un accidente o una emergencia médica, antes de recibir atención especializada, con el objetivo de preservar la vida, evitar el agravamiento de las lesiones y promover la recuperación.

### Importancia de los Primeros Auxilios:

- Salvar vidas.
- Prevenir complicaciones.
- Brindar apoyo inicial en emergencias.
- Ley del Buen Samaritano:

Se explicará la Ley del Buen Samaritano, la cual protege legalmente a las personas que brindan ayuda de buena fe en una emergencia, siempre que actúen sin negligencia y dentro de sus conocimientos, fomentando así la solidaridad y la acción responsable ante situaciones de riesgo.

### Actividad

- Charla educativa.
- Análisis de casos prácticos.

## Segundo día: Maniobra de Reanimación Cardiopulmonar (RCP)

### Contenido

- Concepto de RCP.
- Importancia de la RCP en situaciones de paro cardiorrespiratorio.
- Reconocimiento de signos de paro cardíaco.
- Pasos básicos de la RCP en adultos, niños y lactantes.

### Actividad

- Demostración práctica.
- Práctica supervisada de la maniobra de RCP.
- Corrección de técnicas y retroalimentación.

## Tercer día: Maniobra de Atragantamiento y Atención de Quemaduras

### Contenido

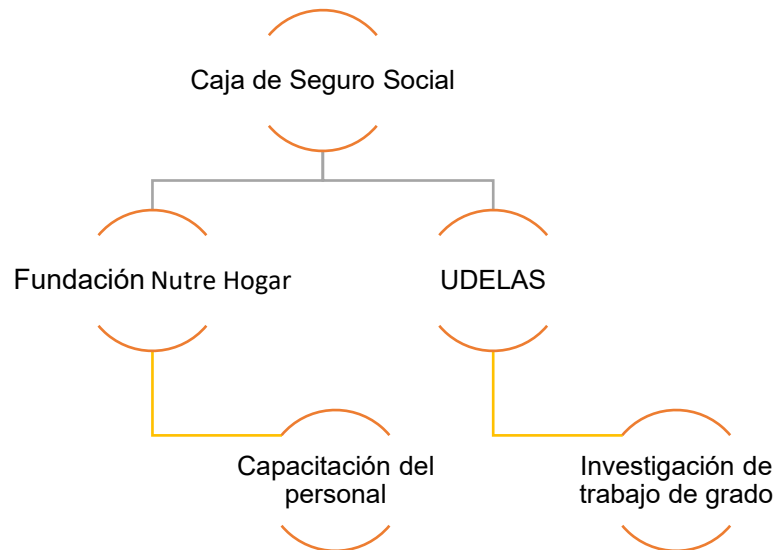
- Maniobra de desobstrucción de la vía aérea (Heimlich):
- Identificación del atragantamiento
- Aplicación de la maniobra en adultos, niños y lactantes
- Atención inicial de quemaduras:
- Tipos de quemaduras (primer, segundo y tercer grado)
- Medidas inmediatas de atención
- Qué hacer y qué no hacer ante una quemadura

### Actividad

- Simulaciones prácticas
- Discusión de situaciones reales
- Evaluación final de conocimientos adquiridos

## 2.3 Estructura organizativa y de gestión de proyecto

**Figura 3:** Estructura organizativa y de gestión de proyecto



Fuente: Elaboración propia. (2025).

El proyecto "Capacitación en primeros auxilios e identificación de situaciones de riesgo para el personal de la Fundación Nutre Hogar" está dentro de una estructura de colaboración. En ella participan instituciones académicas, comunitarias y de gestión del riesgo. Cada una tiene un trabajo específico para lograr los objetivos.

- **Niveles de Coordinación**

En el nivel más alto de coordinación está la Caja de Seguro Social (CSS). También, entidad del gobierno da asesoría técnica y en el plan de maniobras y en el curso de primeros auxilios. Su participación asegura, que los contenidos y las prácticas de la capacitación sigan las guías nacionales de prevención y respuesta. También, vigila que las estrategias educativas cumplan con los protocolos oficiales para desastres, incendios y primeros auxilios básicos. Esto garantiza la calidad del proceso de formación.

Por otro lado, la Universidad Especializada de las Américas (UDELAS), es la institución académica que se encarga del desarrollo técnico y de la metodología del proyecto. A través de la Licenciatura en Urgencias Médicas y Desastres, los estudiantes y docentes guían la planificación, ejecución y evaluación de las actividades de capacitación.

Unen los conocimientos teóricos con la práctica profesional. Además, UDELAS, apoya la iniciativa como parte de su servicio a la comunidad y su vinculación universitaria. Promueve la formación completa de futuros profesionales con compromiso social y vocación de servicio.

La Fundación Nutre Hogar es la institución, que recibe el beneficio. Es el lugar donde se aplica el proyecto. Su personal administrativo, cuidadoras y personal de salud participan activamente, en las sesiones de formación y en la puesta en marcha de las estrategias preventivas.

La fundación facilita los espacios, la logística y la coordinación interna necesaria para que el plan se implemente correctamente. También, colabora en el seguimiento de las actividades y en la adopción de las medidas preventivas en su trabajo diario.

- **Gestión del Proyecto**

La gestión del proyecto se organiza con un enfoque de cooperación entre instituciones:

- CSS y el departamento de docencia se coordinaron para el plan de docentes de capacitación, suministrando los maniqués, para realizar dichas maniobras de salvamento y de esa manera el personal administrativo que labora en la Fundación queda con el conocimiento básico de las maniobras enseñadas durante la capacitación.

- UDELAS garantiza la calidad académica y la aplicación de la metodología del programa.
- Nutre Hogar asegura la participación del personal y que las acciones se mantengan en el tiempo en su entorno laboral.

Esta estructura garantiza la coordinación efectiva entre las tres entidades. Fomenta un trabajo conjunto donde la educación, la prevención y la seguridad se unen para fortalecer la capacidad de respuesta ante emergencias.

Es decir, que la estructura organizativa muestra un modelo de gestión compartida. Cada institución tiene un papel que complementa al otro:

- CSS apoya con el plan de capacitación.
- UDELAS dirige la parte académica y de investigación.
- Fundación Nutre Hogar aplica las estrategias de formación en beneficio directo de su personal y de los niños que atiende.

Este modelo de colaboración permite asegurar la ejecución responsable, la sostenibilidad del proyecto y la generación de un impacto positivo tanto en la institución como en la comunidad.

#### 2.4 Especificación operacional de las actividades y tareas a realizar.

A continuación, se presenta las actividades

**Cuadro 5:** Especificaciones operacional de las actividades

Objetivos del proyecto	Actividades
Fortalecer las habilidades del personal y voluntariado de la Fundación Nutre Hogar, provincia de Veraguas, en primeros auxilios e identificación de situaciones de riesgo, mediante un plan de capacitación teórico-práctico que permita una respuesta inmediata, segura y eficaz ante emergencias o desastres en su entorno laboral y comunitario.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizar reuniones de coordinación con los representantes de UDELAS, CSS y Fundación Nutre Hogar para definir cronograma, roles y responsabilidades.</li> <li>• Elaborar el plan detallado de capacitación, integrando módulos teóricos y prácticos.</li> <li>• Capacitar al personal sobre conceptos básicos de primeros auxilios, prevención de riesgos y protocolos de actuación.</li> <li>• Desarrollar demostraciones prácticas de atención inmediata en situaciones simuladas.</li> <li>• Aplicar técnicas básicas de RCP, control de hemorragias, manejo de quemaduras y traslado seguro de víctimas.</li> <li>• Realizar ejercicios grupales sobre identificación y reducción de riesgos en las instalaciones.</li> </ul>
Diagnosticar el nivel de conocimientos y habilidades del personal de la Fundación Nutre Hogar en primeros auxilios y gestión de riesgos, a fin de establecer una línea base para el plan de capacitación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicar una evaluación diagnóstica (pre-test) al inicio del proceso formativo.</li> <li>• Identificar las áreas de conocimiento que requieren fortalecimiento.</li> <li>• Registrar y analizar los resultados de la evaluación inicial para orientar los contenidos del programa.</li> <li>• Elaborar un informe diagnóstico sobre las necesidades detectadas en primeros auxilios y prevención de riesgos.</li> </ul>
Diseñar un programa formativo adaptado al contexto institucional que integre contenidos teóricos, ejercicios prácticos y protocolos actualizados de atención inicial ante emergencias.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elaborar la estructura curricular del plan con base en los lineamientos de SINAPROC y la OMS.</li> <li>• Definir los módulos temáticos: primeros auxilios, prevención de riesgos, evacuación, manejo del estrés y simulacros.</li> <li>• Diseñar guías didácticas, presentaciones, materiales visuales y manuales de apoyo.</li> <li>• Revisar el contenido con especialistas en urgencias médicas para validar la pertinencia y el rigor técnico.</li> </ul>
Desarrollar talleres y simulacros que fortalezcan la capacidad de respuesta del personal ante accidentes, enfermedades súbitas y situaciones derivadas de fenómenos naturales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Planificar y ejecutar sesiones prácticas semanales de 4 horas con grupos reducidos.</li> <li>• Realizar simulacros sobre incendios, evacuación y atención a víctimas con lesiones simuladas.</li> <li>• Implementar ejercicios de primeros auxilios psicológicos ante emergencias.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover el trabajo en equipo mediante roles de liderazgo y apoyo en los simulacros.</li> <li>• Evaluar la ejecución de cada práctica utilizando listas de cotejo y retroalimentación grupal.</li> </ul>
<p>Evaluar el impacto del plan de capacitación a través de instrumentos de medición del desempeño, con el propósito de asegurar la mejora continua y la sostenibilidad del aprendizaje adquirido.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicar un post-test al finalizar el proceso de formación para medir el progreso.</li> <li>• Realizar observaciones directas durante las prácticas finales para evaluar desempeño.</li> <li>• Elaborar un informe comparativo entre resultados iniciales y finales.</li> <li>• Entregar constancias de participación al personal que cumpla los objetivos del curso.</li> <li>• Recomendar estrategias de seguimiento, reforzamiento y actualización anual de conocimientos.</li> </ul>

Fuente: *Elaboración propia (2025)*

## 2.5 Producto

**Cuadro 6:** Producto del proyecto

<b>Objetivos del proyecto</b>	<b>Productos o resultados esperados</b>
Fortalecer las habilidades del personal y voluntariado de la Fundación Nutre Hogar, provincia de Veraguas, en primeros auxilios e identificación de situaciones de riesgo, mediante un plan de capacitación teórico-práctico que permita una respuesta inmediata, segura y eficaz ante emergencias o desastres en su entorno laboral y comunitario.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Personal capacitado en técnicas básicas de primeros auxilios y procedimientos de respuesta ante emergencias.</li> <li>• Manual institucional sobre primeros auxilios y prevención de riesgos adaptado a la Fundación Nutre Hogar.</li> <li>• Registro de asistencia y certificaciones de participación otorgadas a los colaboradores capacitados.</li> <li>• Informe final de capacitación con evidencias fotográficas y listas de cotejo.</li> </ul>
Diagnosticar el nivel de conocimientos y habilidades del personal de la Fundación Nutre Hogar en primeros auxilios y gestión de riesgos, a fin de establecer una línea base para el plan de capacitación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informe diagnóstico con resultados del pre-test aplicado al personal participante.</li> <li>• Base de datos con el nivel de conocimiento inicial por áreas temáticas.</li> <li>• Análisis estadístico y gráfico de los resultados obtenidos.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Documento de línea base que sirva como referencia para futuras capacitaciones.</li> </ul>
Diseñar un programa formativo adaptado al contexto institucional que integre contenidos teóricos, ejercicios prácticos y protocolos actualizados de atención inicial ante emergencias.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Programa oficial de capacitación validado por UDELAS y CSS.</li> <li>• Módulos formativos impresos y digitales con contenidos teórico-prácticos.</li> <li>• Material didáctico complementario (presentaciones, guías, manuales, hojas de ejercicios).</li> <li>• Cronograma de ejecución aprobado y difundido entre los participantes.</li> </ul>
Desarrollar talleres y simulacros que fortalezcan la capacidad de respuesta del personal ante accidentes, enfermedades súbitas y situaciones derivadas de fenómenos naturales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Registro fotográfico y audiovisual de los talleres y simulacros realizados.</li> <li>• Reporte de desempeño de los participantes durante las prácticas.</li> <li>• Listas de cotejo y rúbricas con los resultados de las evaluaciones prácticas.</li> <li>• Acta institucional de realización de simulacros y actividades formativas.</li> </ul>
Evaluar el impacto del plan de capacitación a través de instrumentos de medición del desempeño, con el propósito de asegurar la mejora continua y la sostenibilidad del aprendizaje adquirido.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Resultados comparativos entre pre-test y post-test que evidencien avances en el aprendizaje.</li> <li>• Informe final de evaluación del programa con recomendaciones de mejora.</li> <li>• Certificación institucional de participación emitida a los asistentes que cumplieron los criterios establecidos.</li> <li>• Documento de seguimiento con estrategias para la actualización periódica del personal.</li> </ul>

Fuente: *Elaborador propia (2025)*

## 2.6 Cronograma de impartición del proyecto

Actividad	Mes 1	Mes2	Mes 3	Mes 4
Anteproyecto: realización y presentación del anteproyecto.	■			
Coordinación con (UDELAS, CSS y Fundación Nutre Hogar).	■			
Diseños e impresiones de los instrumentos de encuestas diagnóstico inicial (evaluación diagnóstica - pretest), y del post-test y evaluación de impacto.	■	■		
Elaboración del programa formativo y materiales de capacitación.		■		
Desarrollo del capítulo 1		■	■	
Diseño del capítulo 2			■	■
Desarrollo capítulo 3 con la ejecución de talleres teóricos y prácticos y aplicación de los instrumentos de encuestas.				■
Elaboración del proyecto final y entrega de resultados				■
Cierre del proyecto				■

Fuente: Elaboración propia (2025).

## 2.7 Presupuesto

<b>Actividades</b>	<b>Materiales</b>	<b>Gasto (B/)</b>
Revisión de fuentes bibliográficas para la investigación.	Uso de bibliotecas, acceso a materiales educativos y búsqueda de información en internet.	70.00
Desarrollo y redacción de un plan detallado del proyecto.	Computadora, papel para impresión y uso de impresora.	100.00
Diseño y creación de los instrumentos necesarios para la investigación.	Materiales de oficina y transporte para realizar tareas relacionadas.	150.00
Realización de actividades y uso de materiales didácticos	Gastos en alimentos y otros costos de apoyo durante la estancia.	100.00
Desplazamientos a varias ubicaciones necesarios para el proyecto.	Transporte.	150.00
Adquisición de instrumentos necesarios para las actividades del proyecto.	Compra de algunos materiales didácticos.	160.00
<b>Total</b>		<b>730.00</b>

*Fuente: Elaboración propia (2025)*

# **CAPÍTULO III**

## **ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS**

## CAPÍTULO III: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

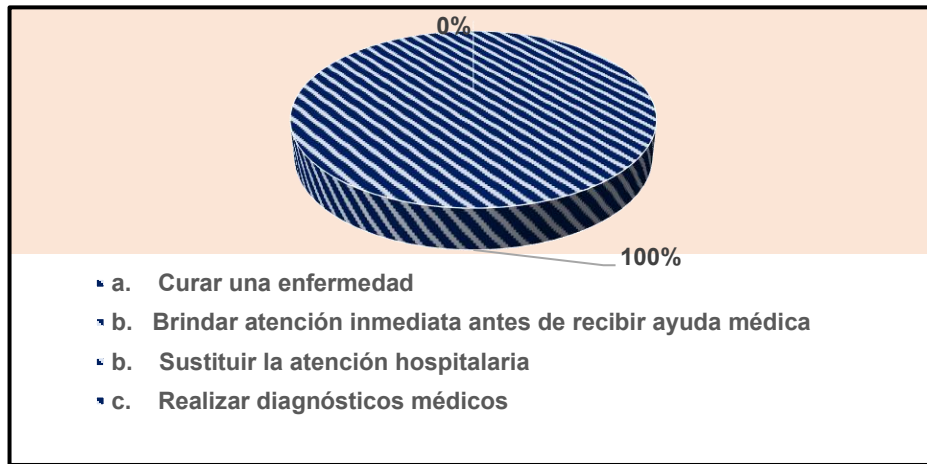
### 3.1 Test de evaluación diagnóstica (Pre-Test) a funcionarios de la Fundación Nutre Hogar en Santiago de Veraguas

**Cuadro 7** es el objetivo principal de los primeros auxilios?

Opciones	Resultados	Porcentaje (%)
a. Curar una enfermedad	0	0
b. Brindar atención inmediata antes de recibir ayuda médica	9	100
c. Sustituir la atención hospitalaria	0	0
d. Realizar diagnósticos médicos	0	0
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>100%</b>

*Fuente: Elaborado por Samuel Juárez y Oriel Ruiz, 2026.*

**Gráfica 1:** ¿Cuál es el objetivo principal de los primeros auxilios?



*Fuente: Cuadro 7.*

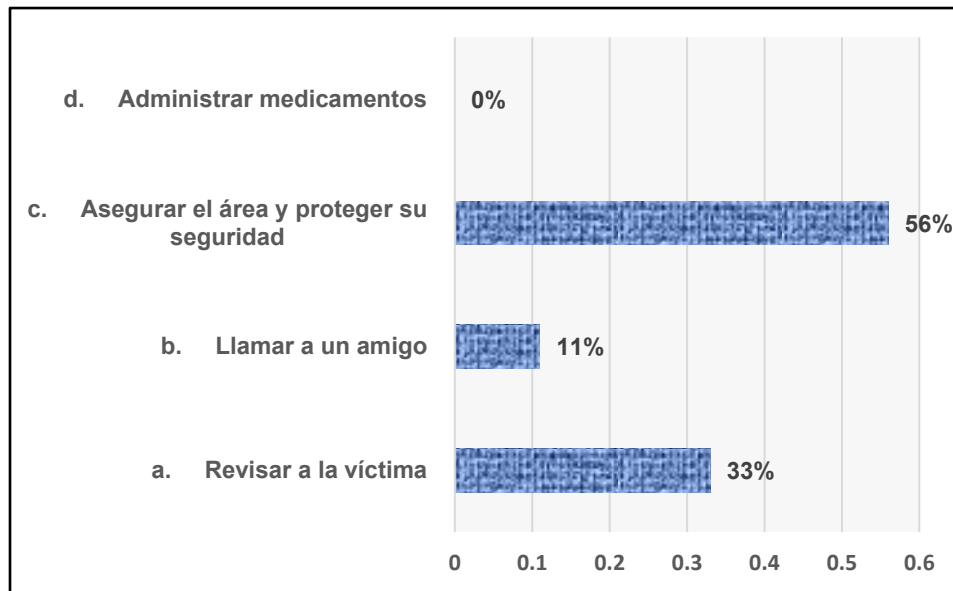
De un total de nueve (9) funcionarios encuestados, el 100% respondió que el objetivo principal de los primeros auxilios es brindar atención inmediata antes de recibir ayuda médica. Esta respuesta indica que, la totalidad de los encuestados tienen conocimiento de los primeros auxilios.

**Cuadro 8:** ¿Qué es lo primero que debe hacer una persona al llegar a una escena de emergencia?

Opciones	Resultados	Porcentaje (%)
a. Revisar a la víctima	3	33
b. Llamar a un amigo	1	11
c. Asegurar el área y proteger su seguridad	5	56
d. Administrar medicamentos	0	0
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaborado por Samuel Juárez y Oriel Ruiz, 2026.

**Gráfica 2:** ¿Qué es lo primero que debe hacer una persona al llegar a una escena de emergencia?



Fuente: Cuadro 8.

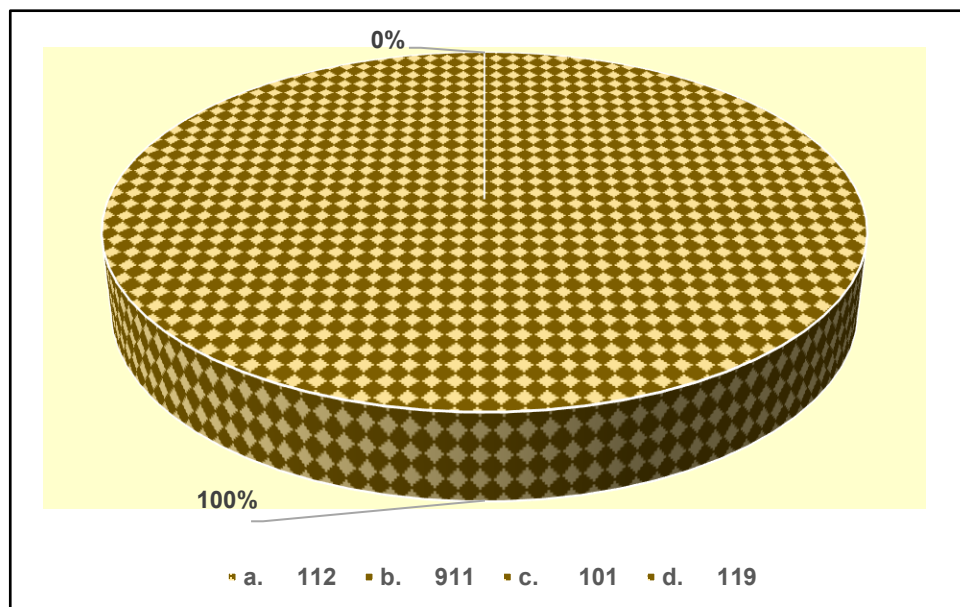
Con la participación de nueve (9) funcionarios encuestados, el 56% respondió que lo primero que debe hacer una persona al llegar a una escena de emergencia es asegurar el área y proteger su seguridad, mientras que el 33% considera que se debe revisar a la víctima y un 11% opinó, que se debe llamar a un amigo. Esta respuesta indica que, la totalidad de los encuestados tienen conocimiento de los primeros auxilios.

**Cuadro 9:** ¿Cuál es el número de emergencia nacional en Panamá?

Opciones	Resultados	Porcentaje (%)
a. 112	0	0
b. 911	9	100
c. 101	0	0
d. 119	0	0
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaborado por Samuel Juárez y Oriel Ruiz, 2026.

**Gráfica 3:** ¿Cuál es el número de emergencia nacional en Panamá?



Fuente: Cuadro 9.

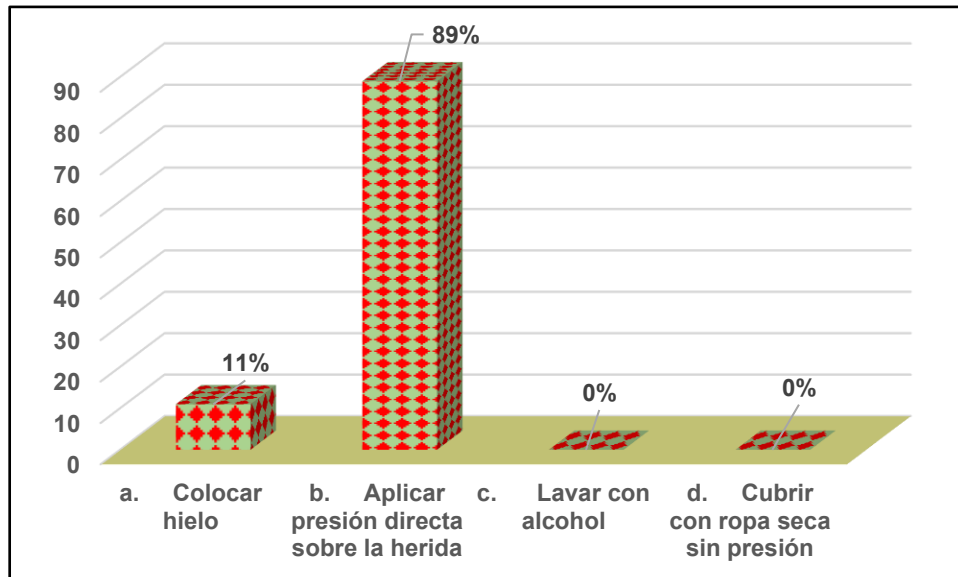
De un total de nueve (9) funcionarios encuestados, el 100% opinó, que el número de emergencia nacional en Panamá es el 911. Esto muestra que los encuestados conocen el número que deben marcar cuando se presentan emergencias en Panamá.

**Cuadro 10:** ¿Qué se debe hacer ante una hemorragia abundante?

Opciones	Resultados	Porcentaje (%)
a. Colocar hielo	1	11
b. Aplicar presión directa sobre la herida	8	89
c. Lavar con alcohol	0	0
d. Cubrir con ropa seca sin presión	0	0
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaborado por Samuel Juárez y Oriel Ruiz, 2026.

**Gráfica 4** Se debe hacer ante una hemorragia abundante?



Fuente: Cuadro 10.

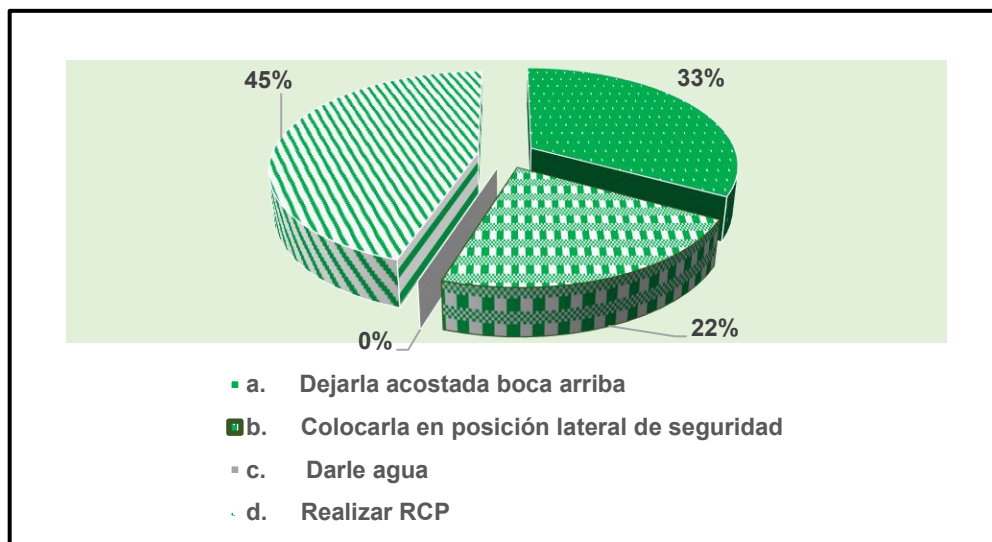
Con un total de nueve (9) encuestados, el 89% comentó que ante una hemorragia abundante se debe aplicar presión directa sobre la herida, y 11% respondió que se debe colocar hielo. Ambas respuestas indican que los encuestados muestran conocimientos en el tema de hemorragias abundantes.

**Cuadro 11:** ¿Qué acción es correcta ante una persona inconsciente que respira?

Opciones	Resultados	Porcentaje (%)
a. Dejarla acostada boca arriba	3	33
b. Colocarla en posición lateral de seguridad	2	22
c. Darle agua	0	0
d. Realizar RCP	4	45
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaborado por Samuel Juárez y Oriel Ruiz, 2026.

**Gráfica 5:** ¿Qué acción es correcta ante una persona inconsciente que respira?



Fuente: Cuadro 11.

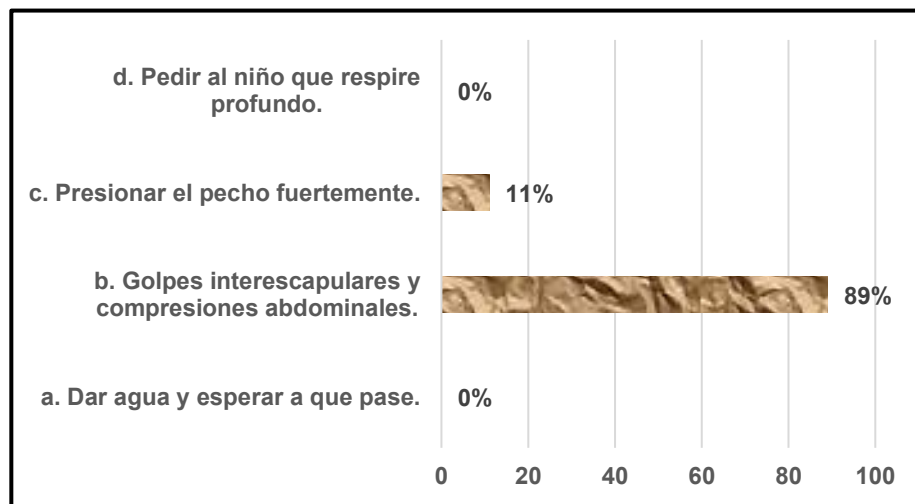
En la jornada de capacitación participaron nueve (9) encuestados, de los cuales el 45% respondió que realizar un RCP es la acción correcta ante una persona inconsciente que respira, y el 33% opinó que la acción era dejarla acostada boca arriba, y el 22% comentó que, la acción era colocarla en posición lateral de seguridad. Estas respuestas se interpretan como que, los encuestados no tienen muchos conocimientos sobre cómo atender a una persona inconsciente que respira.

**Cuadro 12:** ¿Qué maniobra se ejecutó ante un atragantamiento infantil?

Opciones	Resultados	Porcentaje (%)
a. Dar agua y esperar a que pase.	0	0
b. Golpes interescapulares y Compresiones abdominales.	8	89
c. Presionar el pecho fuertemente.	1	11
d. Pedir al niño que respire profundo.	0	0
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaborado por Samuel Juárez y Oriel Ruiz, 2026.

**Gráfica 6:** ¿Qué maniobra se ejecutó ante un atragantamiento infantil?



Fuente: Cuadro 12.

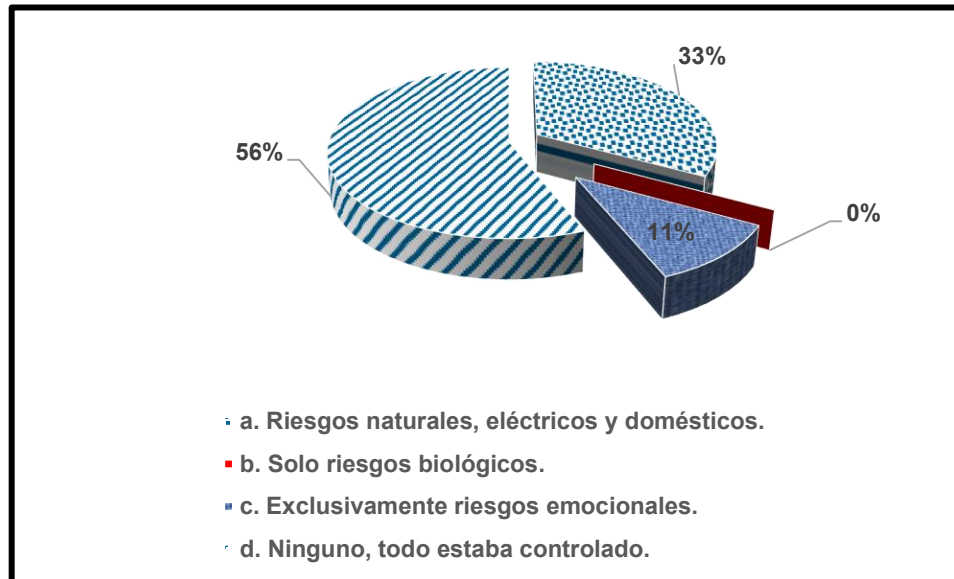
Con la participación de nueve (9) funcionarios encuestados, el 89% comentó que la maniobra que se ejecutó ante un atragantamiento infantil fue el darle golpes interescapulares y compresiones abdominales, y el 11% opinó que la maniobra que se debía hacer era presionar el pecho fuertemente. De acuerdo con esta respuesta de los encuestados, se interpreta que algunos encuestados requieren mayor reforzamiento en este tema de atragantamiento infantil.

**Cuadro 13:** ¿Qué tipo de riesgos se identificaron en la Fundación Nutre Hogar?

Opciones	Resultados	Porcentaje (%)
Riesgos naturales, eléctricos y domésticos.	3	33
Solo riesgos biológicos.	0	0
Exclusivamente riesgos emocionales.	1	11
Ninguno, todo estaba controlado.	5	56
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaborado por Samuel Juárez y Oriel Ruiz, 2026.

**Gráfica 7:** ¿Qué tipo de riesgos se identificaron en la Fundación Nutre Hogar?



Fuente: Cuadro 13.

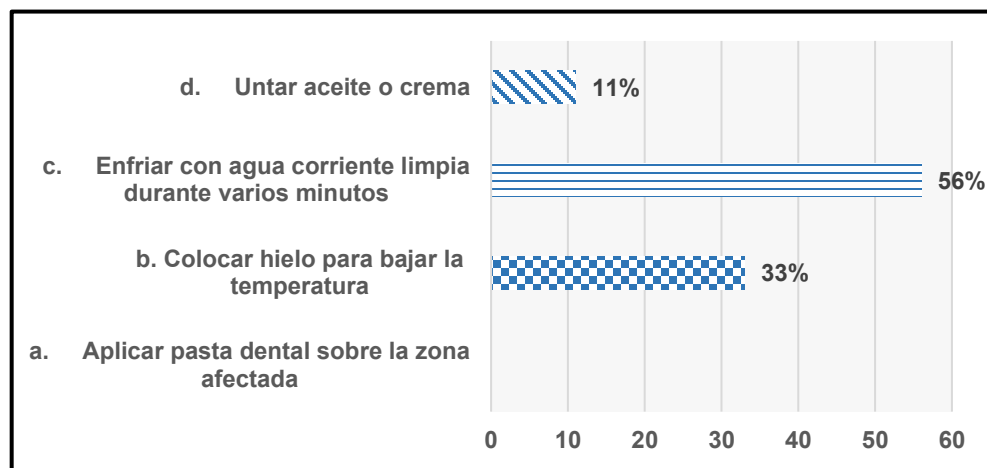
Teniendo un total de nueve (9) funcionarios participantes en la capacitación, el 56% dijo que ningún tipo de riesgos se identificó en la Fundación Nutre Hogar, ya que todo estaba controlado, mientras que el 33% respondió que se identificaron riesgos naturales, eléctricos y domésticos y el 11% opinó que se identificaron exclusivamente riesgos emocionales. Estas respuestas indican que algunos participantes fueron más observadores en materia de riesgos en la Fundación Nutre Hogar.

**Cuadro 14:** ¿Cuál fue la medida usada para tratar quemaduras leves?

Opciones	Resultados	Porcentaje (%)
e. Aplicar pasta dental sobre la zona afectada	0	0
f. Colocar hielo para bajar la temperatura	3	33
g. Enfriar con agua corriente limpia durante varios minutos	5	56
h. Untar aceite o crema	1	11
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaborado por Samuel Juárez y Oriel Ruiz, 2026.

**Gráfica 8:** ¿Cuál fue la medida usada para tratar quemaduras leves?



Fuente: Cuadro 14.

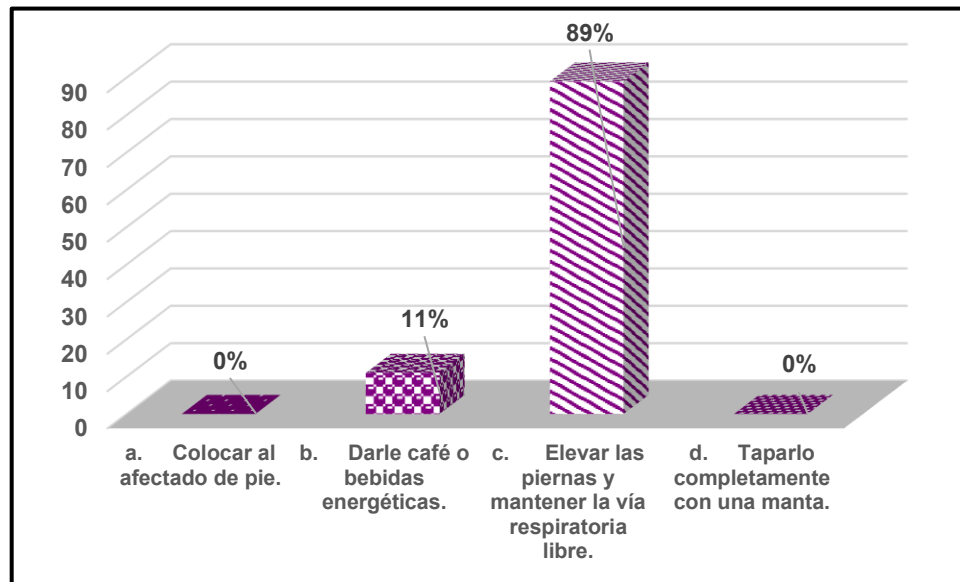
Con un total de nueve (9) funcionarios participantes de la Fundación Nutre Hogar, el 56% comentó que la medida usada para tratar las quemaduras leves, era enfriar con agua corriente limpia durante varios minutos; el 33% opinó que la medida más usada era colocar hielo para bajar la temperatura y el 11% respondió que la medida era untar aceite o crema. Las respuestas de algunos participantes indican que se debe reforzar más los temas relacionados con las quemaduras leves.

**Cuadro 15:** ¿Qué procedimiento se aplicó ante un desmayo durante el simulacro?

Opciones	Resultados	Porcentaje (%)
a. Colocar al afectado de pie.	0	0
b. Darle café o bebidas energéticas.	1	11
c. Elevar las piernas y mantener la vía respiratoria libre.	8	89
d. Taparlo completamente con una manta.	0	0
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaborado por Samuel Juárez y Oriel Ruiz, 2026.

**Gráfica 9:** ¿Qué procedimiento se aplicó ante un desmayo durante el simulacro?



Fuente: Cuadro 15.

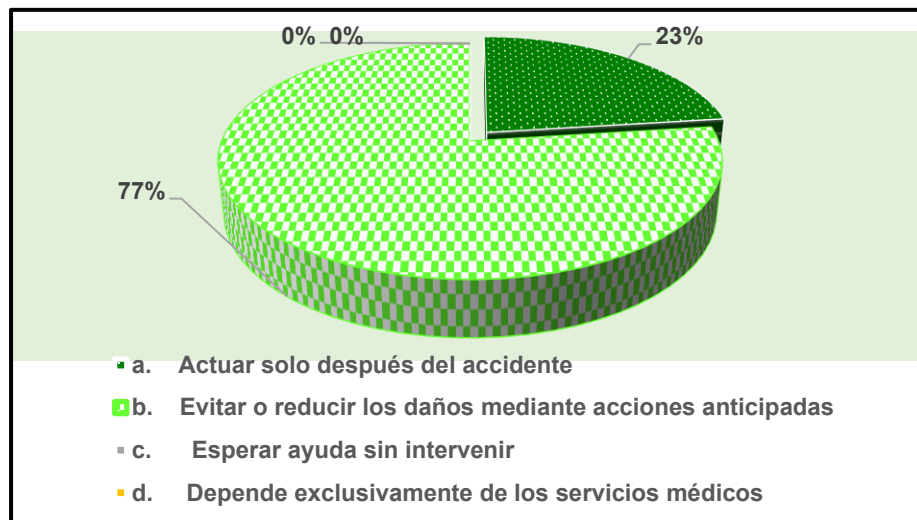
De un total de nueve (9) funcionarios participantes, el 89% respondió que el procedimiento que se aplicó ante un desmayo durante el simulacro era elevar las piernas y mantener la vía respiratoria libre, mientras que el 11% opinó que el procedimiento era darle café o bebidas energéticas. Las respuestas obtenidas nos indican que algunos funcionarios no comprendieron bien los procedimientos que se aplicaron durante la capacitación práctica relacionada con los procedimientos ante un desmayo durante el simulacro.

**Cuadro 16:** ¿Qué se entiende por prevención de riesgos después de la capacitación?

Opciones	Resultados	Porcentaje (%)
a. Actuar solo después del accidente	2	23
b. Evitar o reducir los daños mediante acciones anticipadas	7	77
c. Esperar ayuda sin intervenir	0	0
d. Depende exclusivamente de los servicios médicos	0	0
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaborado por Samuel Juárez y Oriel Ruiz, 2026.

**Gráfica 10:** ¿Qué se entiende por prevención de riesgos después de la capacitación?



Fuente: Cuadro 16.

Con un total de nueve (9) funcionarios de la Fundación Nutre Hogar, el 77% dijo que se entendió por prevención de riesgos, después de la capacitación, que era evitar o reducir los daños mediante acciones anticipadas, y el 23% respondió que entendió que era actuar solo después del accidente. Estas respuestas se interpretan Tal como el individuo respondió, era únicamente actuar después del accidente no comprendió cuáles eran los riesgos que se habían explicado en la capacitación.

**UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS**  
**Facultad de Ciencias Médicas y Clínicas**  
**Escuela de Ciencias Médicas y de la Enfermería**

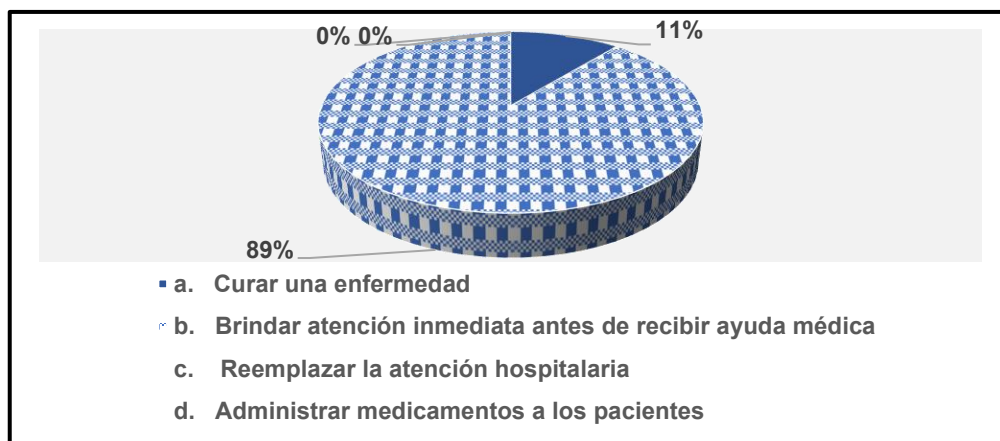
3.2 Test de evaluación final (Ppst Test) a funcionarios de la Fundación Nutre Hogar en Santiago de Veraguas.

**Cuadro 17:** ¿Cuál fue el propósito principal de los primeros auxilios aprendidos durante la capacitación?

Opciones	Resultados	Porcentaje (%)
a. Curar una enfermedad	1	11
b. Brindar atención inmediata antes de recibir ayuda médica	8	89
c. Reemplazar la atención hospitalaria	0	0
d. Administrar medicamentos a los pacientes	0	0
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>100%</b>

*Fuente: Elaborado por Samuel Juárez y Oriel Ruiz, 2026.*

**Gráfica 11:** ¿Cuál fue el propósito principal de los primeros auxilios aprendidos durante la capacitación?



*Fuente: Cuadro 17.*

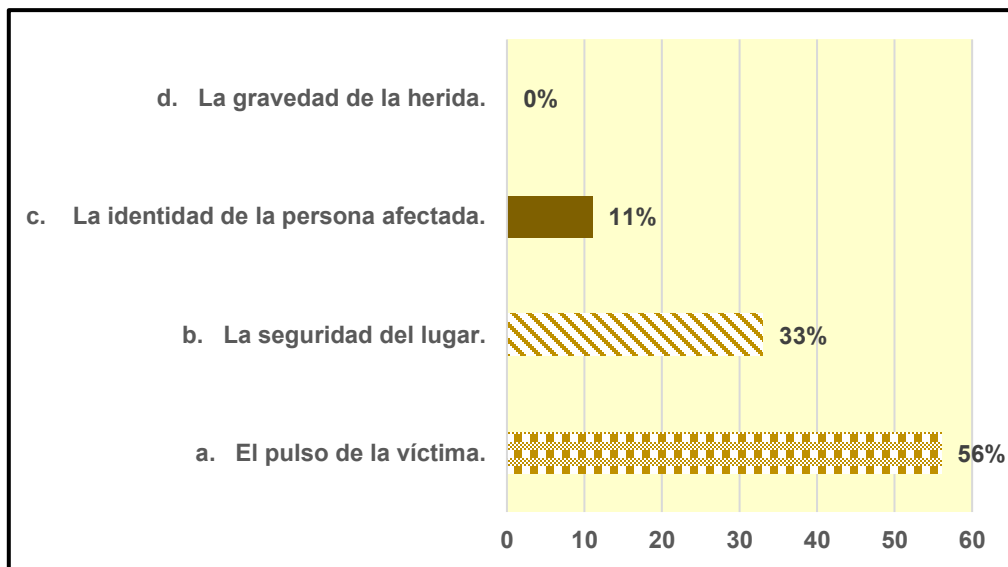
De nueve (9) funcionarios que participaron, el 89% comentó que el propósito principal de los primeros auxilios aprendidos durante la capacitación era brindar atención inmediata antes de recibir ayuda médica; el 11% opinó que era curar una enfermedad. Estas últimas respuestas no comprendieron el propósito principal de los primeros auxilios.

**Cuadro 18:** ¿Qué se verificó primero al llegar a una emergencia?

Opciones	Resultados	Porcentaje (%)
a. El pulso de la víctima.	5	56
b. La seguridad del lugar.	3	33
c. La identidad de la persona afectada.	1	11
d. La gravedad de la herida.	0	0
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaborado por Samuel Juárez y Oriel Ruiz, 2026.

**Gráfica 12:** ¿Qué se verificó primero al llegar a una emergencia?



Fuente: Cuadro 18.

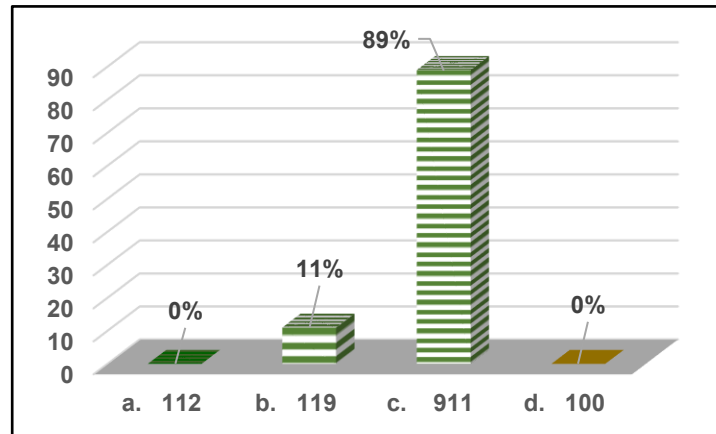
Con un total de nueve (9) funcionarios que participaron en la capacitación, el 56% opinó que el pulso de la víctima fue lo que se verificó primero al llegar a una emergencia; otro 33% comentó que era la seguridad del lugar y el 11% dijo que se verifica primero la identidad de la persona afectada. Estas dos últimas respuestas no comprendieron qué era lo que se verificaba primero al llegar a una emergencia.

**Cuadro 19:** ¿Cuál fue el número de emergencia que se practicó durante los talleres?

Opciones	Resultados	Porcentaje (%)
a. 112	0	0
b. 119	1	11
c. 911	8	89
d. 100	0	0
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaborado por Samuel Juárez y Oriel Ruiz, 2026.

**Gráfica 13:** ¿Cuál fue el número de emergencia que se practicó durante los talleres?



Fuente:

Cuadro 19.

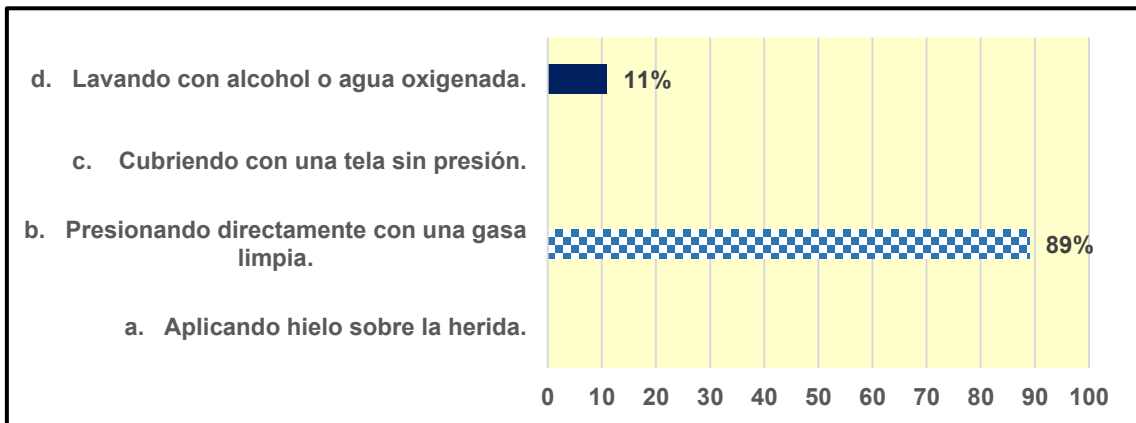
De los nueve (9) funcionarios de la Fundación Nutre Hogar, el 89% respondieron que el número de emergencia que se practicó durante los talleres fue el 911, mientras que el 11% comentaron que era el 119. Esta última respuesta fue errónea de los participantes y debe ser reforzada en la organización debido a la importancia que representa este número de teléfono de emergencia.

**Cuadro 20:** ¿Cómo se controló una hemorragia en los ejercicios prácticos?

Opciones	Resultados	Porcentaje (%)
a. Aplicando hielo sobre la herida	0	0
b. Presionando directamente con una gasa limpia	8	89
c. Cubriendo con una tela sin presión	0	0
d. Lavando con alcohol o agua oxigenada	1	11
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaborado por Samuel Juárez y Oriel Ruiz, 2026.

**Gráfica 14:** ¿Cómo se controló una hemorragia en los ejercicios prácticos?



Fuente: Cuadro 20.

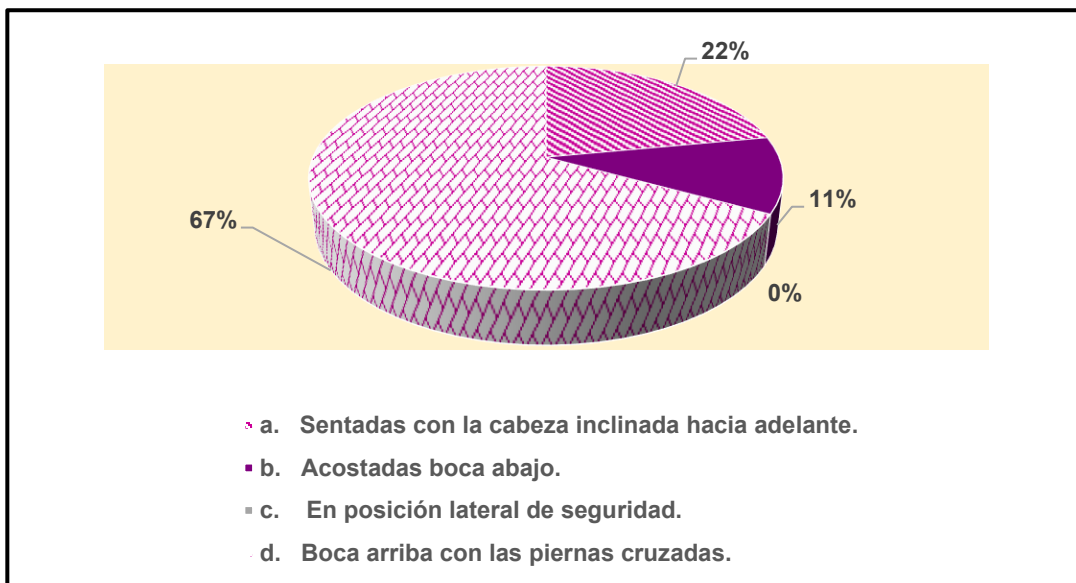
En la capacitación se registraron un total de nueve (9) participantes, de los cuales el 89% dijo que se controló una hemorragia en los ejercicios prácticos presionando directamente con una gasa limpia; el otro 11% opinó que se controló lavando con alcohol o agua oxigenada. Esta última respuesta de este 11% fue equivocada y no comprendieron los cómo se controló una hemorragia en los ejercicios prácticos.

**Cuadro 21:** ¿Qué posición se aplicó a las víctimas inconscientes que respiraban?

Opciones	Resultados	Porcentaje (%)
a. Sentadas con la cabeza inclinada hacia adelante.	2	22
b. Acostadas boca abajo.	1	11
c. En posición lateral de seguridad.	0	0
d. Boca arriba con las piernas cruzadas.	6	67
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaborado por Samuel Juárez y Oriel Ruiz, 2026.

**Gráfica 15:** ¿Que posición se aplicó a las víctimas inconscientes que respiraban?



Fuente: Cuadro 21.

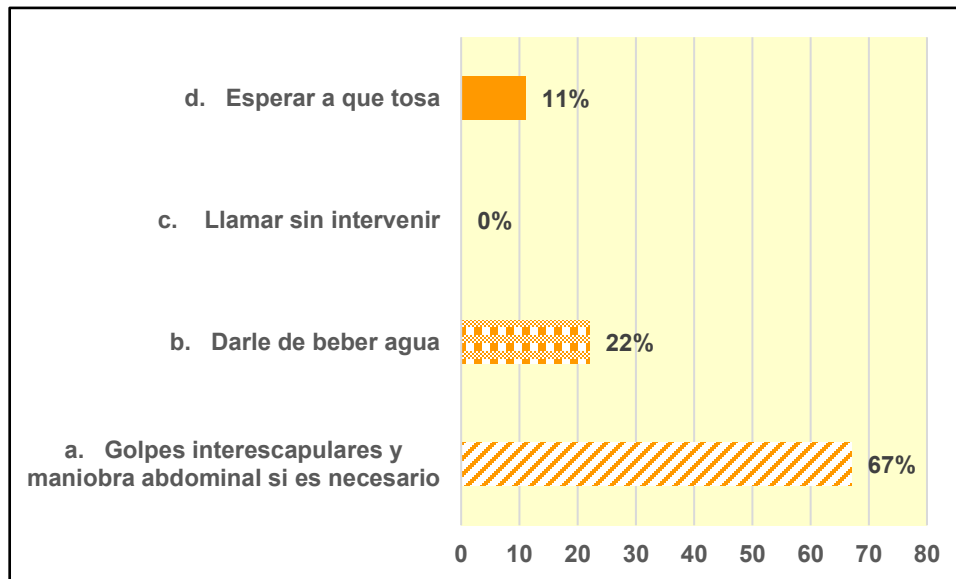
Con un total de nueve (9) participantes el 67% dijo que la posición que se aplicó a las víctimas inconscientes que respiraban era boca arriba con las piernas cruzadas, mientras otros 22% manifestaron que la posición era sentada con la cabeza inclinada hacia adelante. y el 11% respondieron que acostados boca abajo. Estas dos últimas respuestas del 22% y 11% no comprendieron cual era la posición que se aplicó a las víctimas inconscientes.

**Cuadro 22:** ¿Qué debe hacerse en caso de atragantamiento en un niño?

Opciones	Resultados	Porcentaje (%)
a. Golpes interescapulares y maniobra abdominal si es necesario	6	67
b. Darle de beber agua	2	22
c. Llamar sin intervenir	0	0
d. Esperar a que tosa	1	11
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaborado por Samuel Juárez y Oriel Ruiz, 2026.

**Gráfica 16:** ¿Qué debe hacerse en caso de atragantamiento en un niño?



Fuente: Cuadro 22.

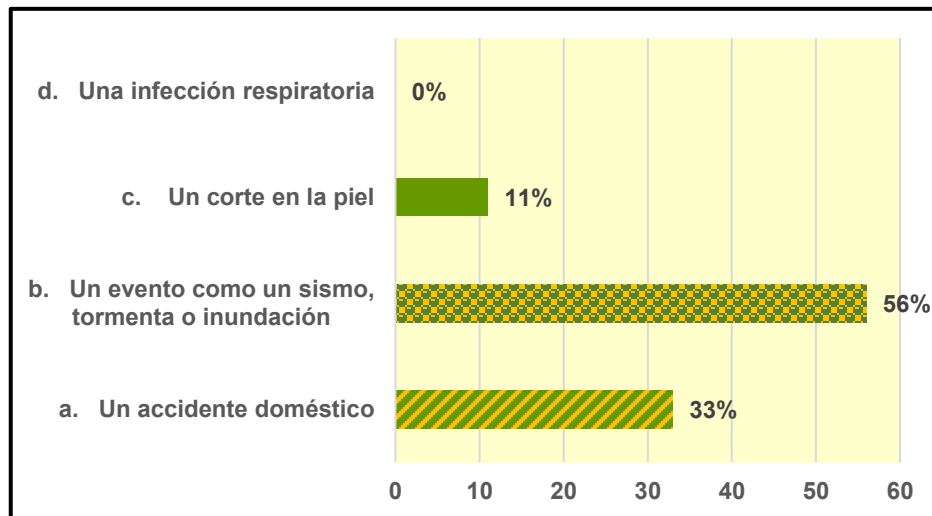
Con un total de nueve (9) participantes, el 67% respondió que, en caso de atragantamiento en un niño, se deben dar golpes interescapulares y maniobra abdominal si es necesario; otro 22% opinó que se debe darle de beber agua y el 11% dijo que debe esperar a que tosa. Estos resultados indican que el 22% y 11% dieron erradas sus respuestas sobre el tema de atragantamiento en un niño y se requiere que refuercen sus conocimientos.

**Cuadro 23:** ¿Qué se entiende por riesgo natural?

Opciones	Resultados	Porcentaje (%)
a. Un accidente doméstico	3	33
b. Un evento como un sismo, tormenta o inundación	5	56
c. Un corte en la piel	1	11
d. Una infección respiratoria	0	0
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaborado por Samuel Juárez y Oriel Ruiz, 2026.

**Gráfica 17:** ¿Qué se entiende por riesgo natural?



Fuente: Cuadro 23.

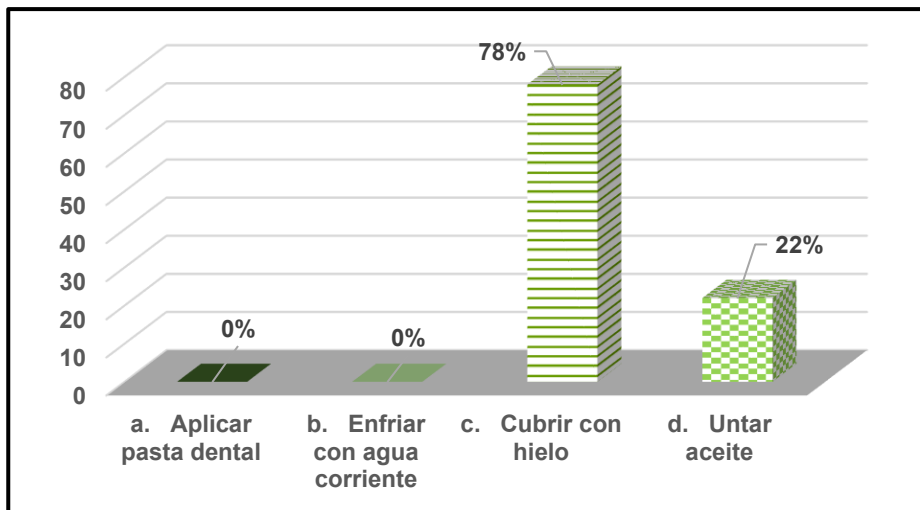
Con un total de nueve (9) participantes, el 56% respondió que se entiende por riesgo natural un evento como un sismo, tormenta o inundación; el 33% comentó que es un accidente doméstico y el 11% respondieron que era un corte en la piel. En el caso del 33% y 11% las respuestas que dieron son erróneas y requieren que fortalezcan sus conocimientos en este tema de riesgo natural.

**Cuadro 24:** ¿Cuál fue la medida usada para tratar quemaduras leves?

Opciones	Resultados	Porcentaje (%)
a. Aplicar pasta dental	0	0
b. Enfriar con agua corriente	0	0
c. Cubrir con hielo	7	78
d. Untar aceite	2	22
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaborado por Samuel Juárez y Oriel Ruiz, 2026.

**Gráfica 18:** ¿Cuál fue la medida usada para tratar quemaduras leves?



Fuente: Cuadro 24.

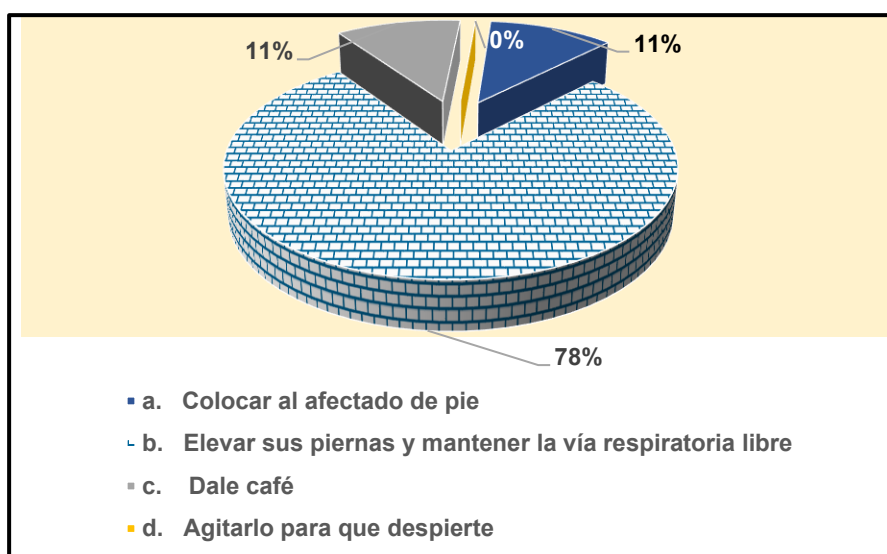
De los nueve (9) participantes que participaron en la capacitación, el 78% dijo que la medida usada para tratar quemaduras leves es cubrir con hielo, mientras que el 22% comentó que se debe untar aceite. Sobre las respuestas emitidas por el 22% las mismas están erradas y requieren que a estos participantes la Fundación Nutre Hogar les refuerce sus conocimientos en materia de las medidas usadas para tratar quemaduras leves.

**Cuadro 25:** ¿Qué se debe hacer ante un desmayo?

Opciones	Resultados	Porcentaje (%)
a. Colocar al afectado de pie	1	11
b. Elevar sus piernas y mantener la vía respiratoria libre	7	78
c. Dale café	1	11
d. Agitarlo para que despierte	0	0
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaborado por Samuel Juárez y Oriel Ruiz, 2026.

**Gráfica 19:** ¿Qué se debe hacer ante un desmayo?



Fuente: Cuadro 25.

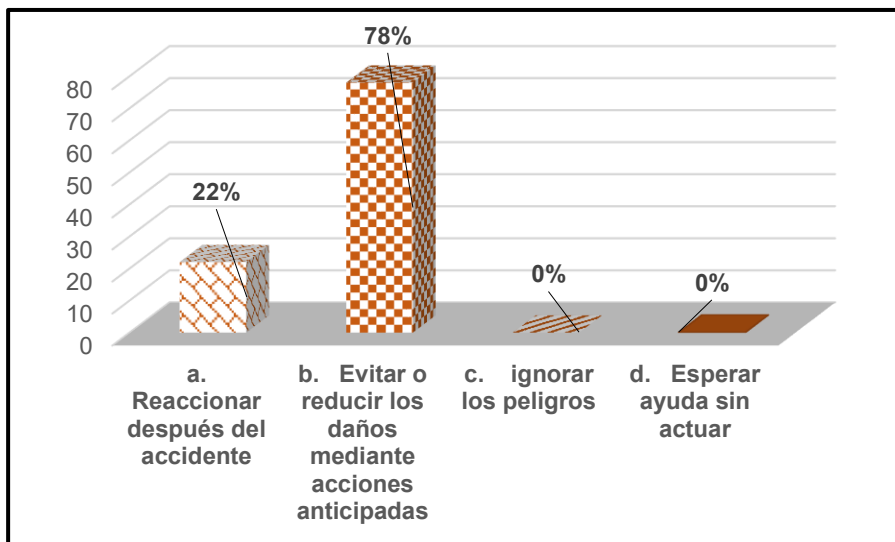
De los nueve (9) participantes funcionarios de la Fundación Nutre Hogar, el 78% respondieron que elevar sus piernas y mantener la vía respiratoria libre es lo que se debe hacer ante un desmayo; el 11% dijo que se debe colocar al afectado de pie y el otro 11% respondió que se le debe dar café. Sobre las respuestas dadas por el 22% las mismas están erradas y requieren que a estos participantes la Fundación Nutre Hogar les refuerce sus conocimientos en materia de las medidas usadas para tratar quemaduras leves.

**Cuadro 26:** ¿Qué significa prevención de riesgos?

Opciones	Resultados	Porcentaje (%)
a. Reaccionar después del accidente	2	22
b. Evitar o reducir los daños mediante acciones anticipadas	7	78
c. ignorar los peligros	0	0
d. Esperar ayuda sin actuar	0	0
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaborado por Samuel Juárez y Oriel Ruíz, 2026.

**Gráfica 20:** ¿Qué significa prevención de riesgos?



Fuente: Cuadro 26.

De los nueve (9) participantes funcionarios de la Fundación Nutre Hogar, el 78% respondieron que prevención de riesgos significa evitar o reducir los daños mediante acciones anticipadas; el 22% opinó que prevención de riesgo significa reaccionar después del accidente. Estos resultados del 22% indican que no comprendieron qué significa el término de prevención de riesgos.

## **CONCLUSIONES**

Este plan de capacitación dota al personal de la Fundación Nutre Hogar de las habilidades y conocimientos necesarios para actuar de manera organizada, segura y eficiente ante emergencias.

Contribuye a la creación de una cultura preventiva institucional, fortaleciendo el bienestar de los niños y el personal, y garantizando la sostenibilidad de las acciones formativas en el tiempo.

La capacidad de respuesta infantil, ya que Nutre Hogar es una fundación que se enfoca en niños, por lo que esta capacitación permitió dotar a las personas que laboran en la misma, de conocimientos teóricos-prácticos, así como también aprendieron diferentes maniobras, así como además aprendieron a utilizar el RCP en adultos y en neonatos. Se les enseñó, en esta capacitación, diferentes maniobras de atragantamiento, manejo de hemorragias, identificaron signos vitales y se informaron del número de teléfono de los equipos de emergencia (ambulancias), entre otros temas relevantes de esta capacitación.

Para que, este proyecto sea eficiente y sostenible, se deben realizar capacitaciones semestrales o anuales, de manera que no se pierdan los conocimientos aprendidos.

## **RECOMENDACIONES**

Mantener el personal, que labora en esta Fundación de Nutre Hogar en constantes capacitaciones sobre las maniobras prácticas, que son RCP, maniobras de atragantamiento y manejo de quemaduras.

Dotar con los números de emergencia para llamar ante una urgencia o emergencia.

Actualizar el botiquín, para que de esta manera lo que se va usando sea repuesto.

Informarle al personal nuevo de la Fundación Nutre Hogar, la ubicación del botiquín y los afiches de los pasos a seguir de las maniobras ya explicadas en la capacitación.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alessandra Pera, M. d. (2024). *Ss07-05 La gestión de los primeros auxilios en los lugares de trabajo en Italia: oportunidades y cuestiones críticas*. Obtenido de <https://scispace.com/papers/ss07-05-the-management-of-first-aid-in-the-workplaces-in-3ggmgdc3ii>
- American Heart Association. (2024). *Pautas de primeros auxilios*. Obtenido de <https://cpr.heart.org/en/resuscitation-science/first-aid-guidelines>
- Aronátegui, M. (2023). *Desarrollo de un Programa de Capacitación en Primeros Auxilios para Docentes de Centros de Educación Básica General*. *Revista Multidisciplinaria y de Educación para la Salud*, 5 (3), 507–510. Recuperado de. Obtenido de <https://journalmhe.org/ojs3/index.php/jmhe/article/view/78>
- Cruz Roja. (2020). *International first aid, resuscitation, and education guidelines 2020*. Obtenido de [https://www.ifrc.org/sites/default/files/2022-02/EN\\_GFARC\\_GUIDELINES\\_2020.pdf](https://www.ifrc.org/sites/default/files/2022-02/EN_GFARC_GUIDELINES_2020.pdf)
- D. Boev, A. P. (2022). *Popularización y Sistematización de la Capacitación en Primeros Auxilios y Atención Médica de Emergencia, como Medio para Incrementar la Efectividad de la “Cadena de Rescate”*. Obtenido de <https://scispace.com/papers/popularization-and-systematization-of-training-in-first-aid-kfoxm5fn>
- Djuraev, F. E. (2024). *Principios de prestación de primeros auxilios*. Obtenido de <https://scispace.com/papers/principles-of-providing-first-aid-4bmih80cwczt>
- Gehani, T. W. (2022). *Pautas de primeros auxilios para contextos frágiles: Contextualización y adaptación*. Obtenido de <https://scispace.com/papers/first-aid-guidelines-for-fragile-contexts-contextualization-347uxnam>
- Il Kostyuk, O. S. (2024). *Capacitación de personas sin formación médica en las habilidades para brindar primeros auxilios a las víctimas*. Obtenido de <https://scispace.com/papers/training-of-persons-without-medical-education-in-the-skills-3yksfgemr025>
- Ilya G. Vetlugin, L. D. (2022). *[Análisis del estado del sistema de formación de primeros auxilios médicos a los contingentes profesionales del Ministerio de Situaciones de Emergencia]*. Obtenido de <https://scispace.com/papers/the-analysis-of-state-of-system-of-training-of-first-medical-s4evjd8x>
- MINSA, M. d. (2023). *ANÁLISIS DE SITUACIÓN DE SALUD CON ÉNFASIS EN MACRO INDICADORES EN LA REPÚBLICA DE PANAMÁ*. Obtenido de [https://www.minsa.gob.pa/sites/default/files/general/analisis\\_de\\_situacion\\_de\\_salud\\_2023\\_documento\\_mortalidad.pdf](https://www.minsa.gob.pa/sites/default/files/general/analisis_de_situacion_de_salud_2023_documento_mortalidad.pdf)

- Murillo Loján María Teresa, V. F. (2021). *Nivel de conocimiento de protocolos de primeros auxilios en docentes de educación inicial y preparatoria de instituciones educativas de la ciudad de Quito*. Obtenido de <https://journal.espe.edu.ec/ojs/index.php/vinculos/article/view/1817>
- Oficina de las Naciones Unidas para la Reducción del Riesgo de Desastres, (. (2025). *El glosario de reducción del riesgo de desastres (RRD)*. Obtenido de <https://www.undrr.org/drr-glossary>
- Owusu, J. e. (2023). *Prevalencia y factores asociados a lesiones graves y conductas agresivas en adolescentes escolarizados en Panamá*. Obtenido de <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10953970/>
- Pinaev, I. V. (2021). *Formación en gestión de seguridad ambiental, laboral, industrial y contra incendios en la universidad, escuela de verano, organización*. Obtenido de <https://scispace.com/papers/training-in-environmental-occupational-industrial-and-fire-7vple0u4ea3v>
- Prensa Latina. (2024 ). *Registran cuatro muertos en Panamá tras intensas lluvias*. Obtenido de <https://www.prensa-latina.cu/2024/11/03/registran-cuatro-muertos-en-panama-tras-intensas-lluvias/>
- Reyes Acosta Edwin Rodolfo y Ríos Pérez Jairo Salvador. (2020). *Evaluación de los conocimientos en primeros auxilios y percepción de la necesidad de un programa de capacitación al personal administrativo de la UNAN-León*. Obtenido de <http://riul.unanleon.edu.ni:8080/jspui/bitstream/123456789/8082/1/245354.pdf>
- Rodrigues Kátia Pontes, E. I. (2021). *Capacitação em primeiros socorros aos professores que atuam na educação básica*. Obtenido de <https://scispace.com/papers/capacitacao-em-primeiros-socorros-aos-professores-que-atuam-3b7n0wem>
- Saini, J. (2025). *Estudio para evaluar el nivel de conocimientos sobre riesgos laborales y medidas de primeros auxilios entre los trabajadores de lecherías seleccionadas en Jaipur, Rajasthan*. Obtenido de <https://scispace.com/papers/a-study-to-assess-the-level-of-knowledge-regarding-2t1ic91fwmcm>
- SINAPROC. (2023). *El Gabinete de Gestión de Riesgo a Desastres estará compuesto por los siguientes servidores públicos*. Obtenido de <https://www.sinaproc.gob.pa/>
- Tharris, K. P. (2021). *Directrices de educación en primeros auxilios para el enfoque general: Integración de la atención física y mental al abordar cualquier situación de primeros auxilios*. Obtenido de <https://scispace.com/papers/first-aid-education-guidelines-for-the-general-approach-jq852j96bjuw>
- The Caribbean Catastrophe Risk Insurance Facility. (2024 ). *Excess Rainfall*. Obtenido de [https://www.ccrif.org/sites/default/files/publications/eventreports/20241114\\_CCRIF\\_XSR\\_EventBriefing\\_PAN\\_CARE\\_31October-04November2024\\_Final.pdf](https://www.ccrif.org/sites/default/files/publications/eventreports/20241114_CCRIF_XSR_EventBriefing_PAN_CARE_31October-04November2024_Final.pdf)

- Timchenko, T. H. (2024). *La insuficiencia de primeros auxilios médicos a bordo de un buque marítimo como factor de riesgo para la salud de los tripulantes*. Obtenido de <https://scispace.com/papers/inadequate-first-medical-aid-on-board-a-sea-vessel-as-a-risk-2j5apravos>
- UNICEF. (2023). *Situation Overview*. Obtenido de <https://www.unicef.org/media/151331/file/Panama-Humanitarian-SitRep-Children-Move-January-2024.pdf>
- V. V. Kuzmin, A. U. (2024). *Manual electrónico de capacitación "Prestar primeros auxilios a la población"*. Obtenido de <https://scispace.com/papers/electronic-training-manual-providing-first-aid-to-the-2jvpdebpe4>
- Wahyu Urip Kurniawan, A. S. (2022). *Pelatihan First Aid Bagi Masyarakat Inquilino Bandar Udara Husein Sastranegara Bandung*. Obtenido de <https://scispace.com/papers/pelatihan-first-aid-bagi-masyarakat-tenant-bandar-udara-19up6cam95>
- World Health Organization. (2023). *Community First Aid Response course syllabus. 2023. Disponible en:* Obtenido de <https://cdn.who.int/media/docs/default-source/integrated-health-services-%28ihs%29/csy/prehospital/community-first-aid-response-course-syllabus.pdf>
- World Health Organization. (2023). *Community First Aid Response: Concept Note. 2023. Disponible en:* Obtenido de <https://cdn.who.int/media/docs/default-source/integrated-health-services-%28ihs%29/csy/cfar-concept-note.pdf>

# **ANEXO 1**

**PRE-TEST**



# UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS

## Facultad de Ciencias Médicas y Clínicas

### Escuela de Ciencias Médicas y de la Enfermería

#### Test de Evaluación Diagnóstica (Pre-Test)

1. ¿Cuál es el objetivo principal de los primeros auxilios?
  - Curar una enfermedad
  - Brindar atención inmediata antes de recibir ayuda médica
  - Sustituir la atención hospitalaria
  - Realizar diagnósticos médicos
  
2. ¿Qué es lo primero que debe hacer una persona al llegar a una escena de emergencia?
  - Revisar a la víctima
  - Llamar a un amigo
  - Asegurar el área y proteger su seguridad
  - Administrar medicamentos
  
3. ¿Cuál es el número de emergencia nacional en Panamá?
  - 112
  - 911
  - 101
  - 119
  
4. ¿Qué se debe hacer ante una hemorragia abundante?
  - Colocar hielo
  - Aplicar presión directa sobre la herida
  - Lavar con alcohol
  - Cubrir con ropa seca sin presión

5. ¿Qué acción es correcta ante una persona inconsciente que respira?
- Dejarla acostada boca arriba
  - Colocarla en posición lateral de seguridad
  - Darle agua
  - Realizar RCP
6. ¿Qué debe hacerse en caso de atragantamiento en un niño?
- Golpes interescapulares y maniobra abdominal si es necesario
  - Darle de beber agua
  - Llamar sin intervenir
  - Esperar a que tosa
7. ¿Qué se entiende por riesgo natural?
- Un accidente doméstico
  - Un evento como un sismo, tormenta o inundación
  - Un corte en la piel
  - Una infección respiratoria
8. ¿Cuál es la medida correcta ante una quemadura leve?
- Aplicar pasta dental
  - Enfriar con agua corriente
  - Cubrir con hielo
  - Untar aceite
9. ¿Qué se debe hacer ante un desmayo?
- Colocar al afectado de pie
  - Elevar sus piernas y mantener la vía respiratoria libre
  - Darle café
  - Agitarlo para que despierte
10. ¿Qué significa prevención de riesgos?
- Reaccionar después del accidente
  - Evitar o reducir los daños mediante acciones anticipadas
  - Ignorar los peligros
  - Esperar ayuda sin actuar

# **ANEXO 2**

## **POST TEST**



# **UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS**

**Facultad de Ciencias Médicas y Clínicas**

**Escuela de Ciencias Médicas y de la Enfermería**

## **Post Test (Evaluación Final)**

- 1. ¿Cuál fue el propósito principal de los primeros auxilios aprendidos durante la capacitación?**
  - Curar completamente las lesiones.
  - Brindar atención inmediata antes de recibir ayuda médica.
  - Reemplazar la atención hospitalaria.
  - Administrar medicamentos a los pacientes.
  
- 2. ¿Qué se verificó primero al llegar a una emergencia?**
  - El pulso de la víctima.
  - La seguridad del lugar.
  - La identidad de la persona afectada.
  - La gravedad de la herida.
  
- 3. ¿Cuál fue el número de emergencia que se practicó durante los talleres?**
  - 112
  - 119
  - 911
  - 100
  
- 4. ¿Cómo se controló una hemorragia en los ejercicios prácticos?**
  - Aplicando hielo sobre la herida.
  - Presionando directamente con una gasa limpia.
  - Cubriendo con una tela sin presión.
  - Lavando con alcohol o agua oxigenada.

5. **¿Qué posición se aplicó a las víctimas inconscientes que respiraban?**
- Sentadas con la cabeza inclinada hacia adelante.
  - Acostadas boca abajo.
  - En posición lateral de seguridad.
  - Boca arriba con las piernas cruzadas.
6. **¿Qué maniobra se ejecutó ante un atragantamiento infantil?**
- Dar agua y esperar a que pase.
  - Golpes interescapulares y compresiones abdominales.
  - Presionar el pecho fuertemente.
  - Pedir al niño que respire profundo.
7. **¿Qué tipo de riesgos se identificaron en la Fundación Nutre Hogar?**
- Riesgos naturales, eléctricos y domésticos.
  - Solo riesgos biológicos.
  - Exclusivamente riesgos emocionales.
  - Ninguno, todo estaba controlado.
8. **¿Cuál fue la medida usada para tratar quemaduras leves?**
- Aplicar pasta dental sobre la zona afectada.
  - Colocar hielo para bajar la temperatura.
  - Enfriar con agua corriente limpia durante varios minutos.
  - Untar aceite o crema.
9. **¿Qué procedimiento se aplicó ante un desmayo durante el simulacro?**
- Colocar al afectado de pie.
  - Darle café o bebidas energéticas.
  - Elevar las piernas y mantener la vía respiratoria libre.
  - Tapanlo completamente con una manta.
10. **¿Qué se entendió por prevención de riesgos después de la capacitación?**
- Actuar solo después del accidente.
  - Evitar o reducir los daños mediante acciones anticipadas.
  - Esperar ayuda sin intervenir.
  - Depender exclusivamente de los servicios médicos.

# **ANEXO 3**

**FOTOGRAFÍAS REALIZADAS EN LA CAPACITACIÓN**

**Figura 4:** *Participantes en la capacitación*



**Figura 5:** *Equipo de capacitación con el apoyo de funcionarios de la CSS*



**Figura 6:** *Docencia teórica*



**Figura 7:** *Capacitación práctica de maniobra con maniquí*



**Figura 8:** *RCP en un adulto*



**Figura 9:** *RCP en un neonato*



**Figura 10:** *Docencia de las maniobras*



**Figura 11:** *Práctica deporte maniobra*



**Figura 12:** *Práctica de maniobras*



**Figura 13:** *Maniobra de atragantamiento en neonato*



**Figura 14:** Maniobra de atragantamiento en adultos



**Figura 15:** Aplicación de encuestas Pre-Test y Post Test



**Figura 16:** *Entrega de certificados*



# **ANEXO 4**

**MODELO DE CERTIFICADO**

# **CERTIFICADO DE RECONOCIMIENTO**

**OTORGADO A:**

---

**POR HABER COMPLETADO SATISFACTORIAMENTE SEMINARIO TEÓRICO  
PRÁCTICO DE PRIMEROS AUXILIOS BÁSICOS ANTE UNA EMERGENCIA O  
DESASTRE.**

REALIZADO EN LAS INSTALACIONES DE NUTRE HOGAR SANTIAGO DE VERAGUAS  
DÍA 13 DE ENERO DEL 2026

---

**ORIEL RUIZ T.U.M.**

---

**SAMUEL JUÁREZ T.U.M.**

## ÍNDICE DE CUADROS

<b>Cuadro 1:</b> Pasos claves de primeros auxilios.....	46
<b>Cuadro 2:</b> Consideraciones importantes en los primeros auxilios .....	49
<b>Cuadro 3:</b> Diseño de talleres de capacitación y sesiones didácticas.....	56
<b>Cuadro 4:</b> Actividades didácticas.....	59
<b>Cuadro 5:</b> Especificaciones operacional de las actividades .....	67
<b>Cuadro 6:</b> Producto del proyecto .....	68
<b>Cuadro 7:</b> ¿Cuáles el objetivo principal de los primeros auxilios? .....	71
<b>Cuadro 8:</b> ¿Qué es lo primero que debe hacer una persona al llegar a una escena de emergencia?.....	72
<b>Cuadro 9:</b> ¿Cuál es el número de emergencia nacional en Panamá? .....	73
<b>Cuadro 10:</b> ¿Qué se debe hacer ante una hemorragia abundante? .....	74
<b>Cuadro 11:</b> ¿Qué acción es correcta ante una persona inconsciente que respira? .....	75
<b>Cuadro 12:</b> ¿Qué maniobra se ejecutó ante un atragantamiento infantil?.....	76
<b>Cuadro 13:</b> ¿Qué tipo de riesgos se identificaron en la Fundación Nutre Hogar? .....	77
<b>Cuadro 14:</b> ¿Cuál fue la medida usada para tratar quemaduras leves? .....	78
<b>Cuadro 15:</b> ¿Qué procedimiento se aplicó ante un desmayo durante el simulacro? .....	79
<b>Cuadro 16:</b> ¿Qué se entiende por prevención de riesgos después de la capacitación?80	
<b>Cuadro 17:</b> ¿Cuál fue el propósito principal de los primeros auxilios aprendidos durante la capacitación?.....	81
<b>Cuadro 18:</b> ¿Qué se verificó primero al llegar a una emergencia? .....	82
<b>Cuadro 19:</b> ¿Cuál fue el número de emergencia que se practicó durante los talleres? .83	
<b>Cuadro 20:</b> ¿Cómo se controló una hemorragia en los ejercicios prácticos? .....	84
<b>Cuadro 21:</b> ¿Qué posición se aplicó a las víctimas inconscientes que respiraban? .....	85
<b>Cuadro 22:</b> ¿Qué debe hacerse en caso de atragantamiento en un niño? .....	86
<b>Cuadro 23:</b> ¿Qué se entiende por riesgo natural? .....	87
<b>Cuadro 24:</b> ¿Cuál fue la medida usada para tratar quemaduras leves? .....	88
<b>Cuadro 25:</b> ¿Qué se debe hacer ante un desmayo? .....	89
<b>Cuadro 26:</b> ¿Qué significa prevención de riesgos?.....	90

## ÍNDICE DE GRAFICAS

<b>Gráfica 1:</b> ¿Cuál es el objetivo principal de los primeros auxilios? .....	71
<b>Gráfica 2:</b> ¿Qué es lo primero que debe hacer una persona al llegar a una escena de emergencia?.....	72
<b>Gráfica 3:</b> ¿Cuál es el número de emergencia nacional en Panamá?.....	73
<b>Gráfica 4:</b> ¿Se debe hacer ante una hemorragia abundante? .....	74
<b>Gráfica 5:</b> ¿Qué acción es correcta ante una persona inconsciente que respira? .....	75
<b>Gráfica 6:</b> ¿Qué maniobra se ejecutó ante un atragantamiento infantil? .....	76
<b>Gráfica 7:</b> ¿Qué tipo de riesgos se identificaron en la Fundación Nutre Hogar? .....	77
<b>Gráfica 8:</b> ¿Cuál fue la medida usada para tratar quemaduras leves?.....	78
<b>Gráfica 9:</b> ¿Qué procedimiento se aplicó ante un desmayo durante el simulacro? .....	79
<b>Gráfica 10:</b> ¿Qué se entiende por prevención de riesgos después de la capacitación?.....	80
<b>Gráfica 11:</b> ¿Cuál fue el propósito principal de los primeros auxilios aprendidos durante la capacitación?.....	81
<b>Gráfica 12:</b> ¿Qué se verificó primero al llegar a una emergencia?.....	82
<b>Gráfica 13:</b> ¿Cuál fue el número de emergencia que se practicó durante los talleres? .....	83
<b>Gráfica 14:</b> ¿Cómo se controló una hemorragia en los ejercicios prácticos? .....	84
<b>Gráfica 15:</b> ¿Qué posición se aplicó a las víctimas inconscientes que respiraban? .....	85
<b>Gráfica 16:</b> ¿Qué debe hacerse en caso de atragantamiento en un niño? .....	86
<b>Gráfica 17:</b> ¿Qué se entiende por riesgo natural? .....	87
<b>Gráfica 18:</b> ¿Cuál fue la medida usada para tratar quemaduras leves?.....	88
<b>Gráfica 19:</b> ¿Qué se debe hacer ante un desmayo?.....	89
<b>Gráfica 20:</b> ¿Qué significa prevención de riesgos? .....	90

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1:</b> Macro Localización .....	38
<b>Figura 2:</b> Micro Localización .....	39
<b>Figura 3:</b> Estructura organizativa y de gestión de proyecto.....	64
<b>Figura 4:</b> Participantes en la capacitación.....	92
<b>Figura 5:</b> Equipo de capacitación con el apoyo de funcionarios de la CSS.....	92
<b>Figura 6:</b> Docencia teórica.....	93
<b>Figura 7:</b> Capacitación práctica de maniobra con maniquí.....	93
<b>Figura 8:</b> RCP en un adulto .....	94
<b>Figura 9:</b> RCP en un neonato .....	94
<b>Figura 10:</b> Docencia de las maniobras.....	95
<b>Figura 11:</b> Práctica deporte maniobra .....	95
<b>Figura 12:</b> Práctica de maniobras .....	96
<b>Figura 13:</b> Maniobra de atragantamiento en neonato .....	96
<b>Figura 14:</b> Maniobra de atragantamiento en adultos.....	97
<b>Figura 15:</b> Aplicación de encuestas Pre-Test y Post Test.....	97
<b>Figura 16:</b> Entrega de certificados .....	113