Contenidos

Los contenidos que forman parte del módulo los hemos dividido en 3 **unidades:**

- **Unidad 1:** El Botiquín escolar
- **Unidad 2:** Otras situaciones de condiciones de salud
  - Trastornos de la Conducta Alimentaria
  - Obesidad
- **Unidad 3:** Documentos relacionados con instrucciones, procesos y responsabilidades

U1. Botiquín escolar

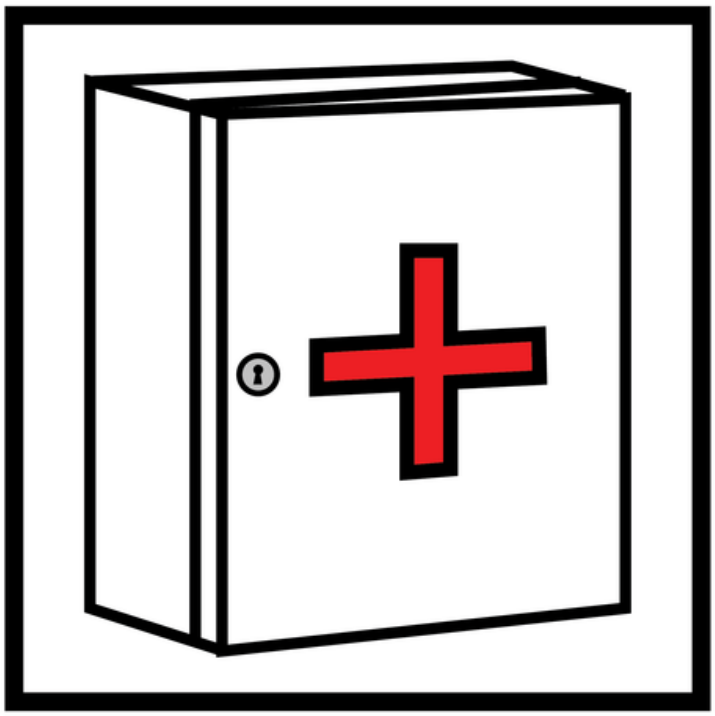


Imagen - Fig.4.2. Botiquín. Sergio Palao. ARASAAC. CC BY-NC-SA

El centro docente ha de tener un **botiquín de contenidos básicos,** para **poder atender** a las necesidades de sus alumnos en temas relacionados con la salud (**primeros auxilios**).

Copyright 2026

El botiquín ideal debe ser:

1. Tener poco peso, portátil, con asas: para poder transportarse sin esfuerzo
2. Carecer de cerradura con llave
3. De material resistente, con cierre hermético
4. Fácilmente identificable por todos, gracias al pictograma de socorro en su exterior

Es muy importante que **se localice** en una **zona conocida** por **todas las personas del centro** (profesorado y personal no docente), para evitar pérdida del tiempo explicando dónde se encuentra (en estas situaciones en las que lo principal es actuar con urgencia). Si puede ser, el botiquín escolar debe situarse en una **instalación** en la que se puedan realizar procedimientos de primeros auxilios, con el fin de hacer más operativa la actuación. Recuerda que el ambiente ha de tener **condiciones medioambientales que no alteren su contenido.**

El **contenido** se colocará en orden respetando grupos y zonas, y **estar controlado** por el Equipo Directivo que recibirá asesoramiento por los profesionales del centro de salud correspondiente.

Los **teléfonos de emergencia** estarán junto al botiquín, perfectamente visibles para poder ser utilizados cuando se precisen (el centro docente puede colocarlos, además, en otros espacios que considere); los **teléfonos importantes** son:

- Emergencias: 112
- SALUD Aragón – Urgencias y emergencias sanitarias: 061
- Emergencias Toxicológicas: 91 5620420
- Bomberos de la zona o localidad:
- Centro de salud de referencia (urgencias):
- Otros:

También es importante destacar la conveniencia de que exista una **guía de actuación.**

Un botiquín básico deberá tener, al menos:

Utensilios:

- Tijeras de acero inoxidable.
- Pinzas de acero inoxidable.
- Termómetro digital.
- Guantes quirúrgicos desechables.
- Bolsa de hielo sintético.

Material fungible:

- Apósitos adhesivos.

Copyright 2026

- Parches y tiritas para botiquines.
- Esparadrapo ancho de tela.
- Gasas estériles (en paquetes pequeños).
- Suero fisiológico en monodosis.
- Solución desinfectante (preferible clorhexidina en spray).
- Compresas desechables.
- Tabletas de glucosa.

Se pueden incluir, por la situación de pandemia, varias mascarillas debidamente protegidas, tanto infantiles como de adulto.

Importante

- El botiquín escolar debe estar situado en un lugar conocido por todos, con una persona del Equipo Directivo que tenga entre sus funciones el mantenimiento interno y externo del mismo.
- Los teléfonos de urgencia necesarios estarán junto al botiquín, y en los lugares que se estime oportuno.

U2. Otras condiciones de salud

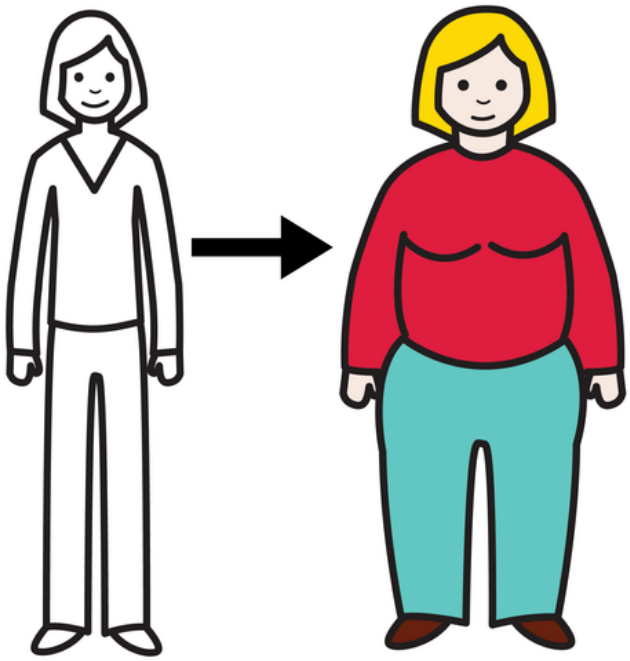


Imagen - Fig.4.4. Engordar. Sergio Palao. ARASAAC. CC BY-NC-SA

ANOREXIA Y BULIMIA NERVIOSA

La Anorexia nerviosa (AN) y la Bulimia Nerviosa (BN) son dos enfermedades representantes de los "Trastornos de la Conducta Alimentaria" (TCA). La clínica típica que caracteriza la AN es adelgazamiento, amenorrea y anorexia en una chica entre los 12 y los 20 años.

La causa de los TCA es biopsicosocial, porque intervienen factores biológicos, psicológicos y sociales.

La importancia del adolescente en el aula

- **Evita ponerse o ropa ajustada,** que no se relaciona con la estación del año, o va excesivamente abrigado, porque siente hipotermia al tener poca grasa corporal.
- **Se compara** en exceso con el resto de sus compañeros, y normalmente hace comentarios muy despectivos de su cuerpo.
- Tiene **preocupación excesiva por la moda,** por la ropa, y hace muchos comentarios relacionados con ésta.
- En las **bulimias** al vomitar se producen **lesiones en los dedos** para producirse la arcada en el esfuerzo de vomitar, o bien son como **pequeñas heridas** producidas por el ácido del estómago de forma repetitiva.
- En las **Bulimias**, si vomitan mucho ácido, tienen d**eterioro de las piezas dentaria**s o color grisáceo por los vómitos repetitivos.
- Por la falta de potasio y alteración hidroelectrolítica por los vómitos son frecuentes los **calambres.**
- Tienen un cambio en su conducta, o más irritables o más inhibidos, y muestran desinterés en la clase y menor concentración.
- **Excesivo movimiento en la silla**, o necesidad de levantarse de forma repetitiva durante la clase.
- Por **ansiedad** también es frecuente observar las **autolesiones:** rascado excesivo, tocarse el pelo (incluso morderlo, romperlo), morderse las uñas, morder los bolígrafos de forma excesiva.
- Demanda excesiva de **ir al baño** con cualquier pretexto (suelen ir para orinar y /o vomitar). Otras veces es cierto, ya que utilizan laxantes.
- Normalmente **desmenuzan la comida** y la apartan para disimular que **no se la han comido** o se la guardan y la esconden para luego tirarla a la **basura,** otras veces se sientan al lado de alguien que comen más y se la dan.
- Se queja frecuentemente del exceso de la comida o de que son alimentos densamente calóricos.
- Come menos o intenta repetir el plato (dependiendo si es anorexia o bulimia).

Copyright 2026

- Conversa frecuentemente sobre quién está más delgado de la clase, y **cómo llegar al cuerpo ideal.**
- En un primer paso sustituye un bocadillo por fruta, y en un segundo paso, no come nada.
- En la **Anorexia purgativa** busca un baño para vomitar, o intenta hacer ejercicio nada más comer, y al final aparecen los trastornos sociales y psicológicos de aislamiento social, problemas con la familia, etc.



Imagen - Fig.4.5. Manifestaciones orales de la Bulimia. DentalSchoolProf. Wikimedia Commons. CC BY-NC-SA

Si tienes intuición de que alguna persona de tu centro puede tener un TCA, puedes...

- Compartir tus dudas con otro docente.
- Reunirte con quien más relación tenga con esa persona, para que actúe como intermediaria, ya que a veces no quiere hablar de estos temas con sus padres, y el profesor puede servir de acercamiento.
- **Se pueden utilizar numerosas habilidades para la vida que ayuden a los adolescente a acercarse entre ellos y hacer que crezca su autoestima.**
- **Es importante la colaboración con asociaciones, como en el caso de Aragón, la asociación Arbada, que ha editado un audiovisual :** "Comer bien, verse mejor", adolescencia y alimentación: Prevención de trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes.
- Dura 6 minutos y sirve para utilizarse como material DVD para prevenir los trastornos de la conducta alimentaria en los adolescentes y por medio de imágenes cotidianas ayudar a

Copyright 2026

asimilar el crecimiento y los cambios durante la adolescencia.

Otros Trastornos

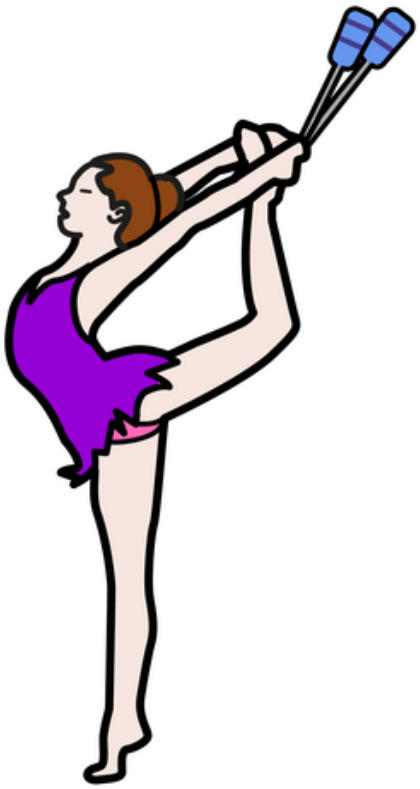


Imagen - Fig.4.6. Gimnasia. Sergio Palao. ARASAAC. CC BY-NC-SA

Trastornos alimentarios no especificados (“vigorexia”, “ortorexia”, etc.)

Los llamados Trastornos de la Conducta Alimentaria No Especificados (TCANE) son cuadros incompletos de AN o de BN, es decir, tienen unos signos y síntomas similares a las enfermedades antes descritas, pero sin llegar a definir claramente unos criterios que los diagnostiquen como tales.

¿Qué es la Vigorexia?

Se define como una obsesión por un cuerpo musculoso, término que se definió en el año 1993: sin duda, vemos este **trastorno mental novedoso** que cada vez va en mayor aumento, vinculado a una tendencia excesiva por tener un cuerpo musculoso. Además hacen limitaciones importantes en las comidas, rechazando alimentos grasos y aumentando la cantidad de ingesta proteica para alcanzar objetivos. El vigoréxico tiene una alteración en la percepción de su imagen corporal,

viéndose excesivamente delgado, lo que le lleva a hacer unas dietas desequilibradas.

Afecta más a los hombres, y les lleva a romper el equilibrio del bienestar emocional, ya que la obsesión entra a formar parte de sus acciones, encaminada a adquirir una apariencia atlética. No es infrecuente el consumo de sustancias anabolizantes para ayudar a conseguirlo.

Elimina grasa mediante una alimentación inapropiada, duros entrenamientos, mirarse constantemente en el espejo...

Las **complicaciones** a largo plazo son las enfermedades por daño a músculos, articulaciones, tendones..., así como alteración en la conducta social, interferencias entre la casa, la escuela, el trabajo..., imposibilidad de mantenerse relajado, así como efectos adversos de las drogas utilizadas para lograr sus objetivos.

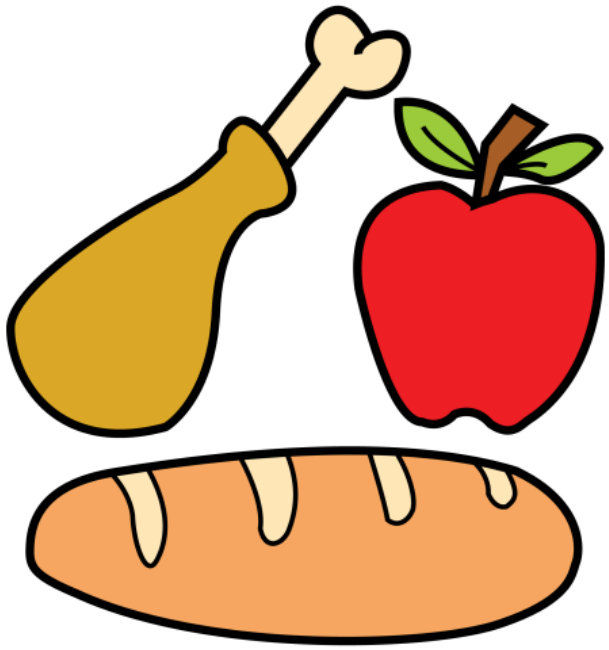


Imagen - Fig.4.7. Comida. Sergio Palao. ARASAAC. CC BY-NC-SA

¿Qué es la Ortorexia?

La ortorexia hace relación a la obsesión que tiene la persona por comer alimentos sanos.

Este trastorno se diferencia del resto en que aquí no es lo importante cuánto se come, sino qué **calidad tiene lo que se come,** en forma de obsesión patológica, de forma que lo que aparentemente podría parecer saludable se convierte en todo lo contrario.

Fíjate en estos puntos, que nos acercan a entender el **comportamiento** de la persona ortoréxica:

- Pasar más de 3 horas diarias pensando en cómo comer una alimentación sana
- Obsesión compulsiva por comer alimentos naturales
- Excluir de la alimentación grasas, alimentos que se han tratado con herbicidas, etc.
- Preocupación excesiva por la calidad del alimento que por comerlo
- Disminución progresiva de la calidad de vida debido a su dependencia a la calidad del alimento
- No se salta jamás las normas de su alimentación
- Aislamiento social por su comportamiento
- Etc.

Lógicamente, las **complicacione**s se relacionan con alteraciones en el metabolismo, por los desórdenes en los nutrientes, minerales, vitaminas y sales, alteración del hierro y masa corporal, anemias, y graves alteraciones en la salud mental.

Con estas claves, tú, como docente, quizá puedas intuir si algún adolescente en tu aula o centro escolar esté iniciando algún comportamiento de este tipo. ¿Qué opinas?

Obesidad.

Actualmente la obesidad es uno de los principales problemas de salud en los países desarrollados, por lo que respondiendo a esta necesidad se ha presentado en nuestra CCAA la **Estrategia para la promoción de la alimentación y actividad física saludables en Aragón,** que pretende que los ciudadanos logren una ganancia de salud a través de sus recomendaciones.

Copyright 2026



Imagen - Fig.4.8. Estrategia de Aragón

Sin duda, uno de sus logros es el poder tener un campo de acción en **5 ámbitos,** como son:

- Sanitario
- Comunitario
- Laboral
- Empresarial
- Educativo

En éste último, se pretende que en los **centros educativos y universitarios de Aragón** se desarrollen todos los aspectos relacionados con estereotipos culturales de estilos de vida no saludables y los relacionados con la imagen personal, a través de una metodología adaptada al alumnado.

Sin duda, los objetivos de mejorar la calidad de vida a través de la alimentación y el ejercicio físico saludables, con una transversalidad de bienestar emocional puede ser algo en lo que desees participar, para incluirlo dentro de tus **actividades docentes.**

Copyright 2026

U3. Instrucciones, procedimientos, etc

No se incluyen en esta sección las situaciones derivadas de Infección por SARS-CoV-2 ni de enfermedad por Covid-19, ya que atienden a los objetivos de otro curso, no planteados en éste que estamos realizando.

ADMINISTRACIÓN DE MEDICAMENTOS



Imagen - Fig.4.9. Lectura. Sergio Palao. ARASAAC. CC BY-NC-SA

Siempre ha sido voluntad del colectivo docente que el derecho a la asistencia no se vea dificultado por la necesidad de administración, ordinaria o de emergencia, de algún medicamento en horario escolar.

Sí es cierto que hay enfermedades para las que exclusivamente el personal sanitario está capacitado para realizar curas o administrar medicación (ordinaria o de emergencia) también es cierto que hay otras muchas que no requieren de personal especializado con titulación sanitaria. Nos referimos a todas aquellas situaciones en las que los facultativos encomiendan a las familias la administración ordinaria de medicamentos o la realización de pequeñas atenciones o curas. Por

otro lado, también nos referimos a las situaciones de emergencia (ataque epiléptico, pérdida de conocimiento por hipoglucemia, anafilaxia, etc.).

El sistema sanitario es el que garantiza la atención y asistencia sanitaria de la **población escolar,** y le corresponde actuar, por norma, en los establecimientos de salud, actuando fuera de ellos por razones de urgencia sanitaria.

Los **profesionales** que trabajan en el **sistema educativo** (en este caso, tú que estás formándote en este curso) no tienen como funciones propias la **asistencia sanitaria al alumnado**, excepto **en los casos de urgencia vital**, al igual que lo haría cualquier ciudadano.

Por lo tanto, **la obligación general del docente** es prestar los **primeros auxilios básicos** que no requieren una formación específica, tratando en todo momento **de forma confidencial** la **información médica.**

Actualmente **por Ley existe un listado de enfermedades** en los que el padre o la madre puede tener autorización de poder atender al niño y tener excepción laboral, lo que facilita muchísimo el procedimiento. Este familiar podrá, en el entorno escolar, realizar la tarea de cuidado del menor.

Aparte de estas situaciones en las que se permite al familiar la excepción laboral, lo normal es que no se disponga de un familiar que pueda cubrir las necesidades del menor.

De forma general, los medicamentos se administrarán fuera del horario escolar.

Si la familia o tutor legal puede atender al menor en el horario escolar, se debe facilitar esta atención, siempre previa autorización del Equipo Directivo y con la coordinación del tutor.

En el caso de las **enfermedades agudas o crónicas** es posible administrar medicación por vía oral a menores en el centro docente, de forma ocasional o prolongada, siempre que esta necesidad sea determinada por personal sanitario capacitado (facultativos especialistas).

La familia o tutor legal del alumno que tiene la enfermedad **debe informar** a la **Dirección del centro docente** al inicio del curso, o tras el diagnóstico; ésta **mantendrá una reunión** inicial con la **familia (o tutor legal) y personal sanitario del centro de salud** adscrito al centro educativo para recoger la información necesaria para posibles actuaciones.

Si el profesional sanitario considera necesaria la administración de **medicación** o llevar a cabo alguna **actuación en el horario escolar** que no precise una titulación sanitaria por quien la lleve a cabo:

- **Debe expedir una prescripción médica específica** para esta atención.

Copyright 2026

- Se acompañará de un **consentimiento informado.**
- Además, para que el personal del centro docente pueda administrar el medicamento prescrito, eximiendo de responsabilidad, **las familias deben presentar** una **autorización.**
- Por último, debe haber un **registro individual de la administración de medicamentos al alumno.**
- Estas situaciones pueden valorarse con el profesional sanitario del centro de salud adscrito al centro educativo.

ACTUACIONES

Debes **distinguir** una **urgencia de una emergencia.**

Urgencia: no entraña riesgo vital, pero suele requerir actuación rápida. En nuestro centro docente una situación de urgencia puede desencadenarse por:

- Contusiones y magulladuras...
- Picaduras, mordeduras...
- Pequeños cortes y heridas...

El **docente o miembro del Equipo Directivo** se hace cargo de la **primera atención.**

Si **existen dudas,** recurriremos a los servicios sanitaros, siguiendo las indicaciones de actuación que nos indiquen.

Y algo importante: hay que **informar a la familia o tutor legal** de la actuación por parte del tutor.

Por todos estos detalles, queremos que comprendas cómo se justifica que **al principio del curso escolar** todo **el personal del centro conozca** dónde se localiza el **botiquín**, **y las Instrucciones relativas a la atención educativa al alumnado** con enfermedades crónicas, así como la **intervención en situaciones de urgencia y emergencia** en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón (publicado en noviembre de 2017), que te estamos explicando a lo largo de este curso y que puedes consultar en el apartado “para saber más”, ya que estas instrucciones dejan sin efecto a la Resolución de 16 de marzo de 2015, que dictaba otras instrucciones.

Emergencia: es una situación de salud que se presenta repentinamente y requiere atención o tratamiento de forma inmediata. Si no se atiende, lleva implícita una alta probabilidad de riesgo para la vida.

Existen muchos **ejemplos** de situaciones de emergencia:

Copyright 2026

- Pérdida de conocimiento
- Convulsiones
- Quemadura, electrocución grave...
- Caída desde altura
- Intoxicaciones
- Asfixia por inmersión, ahogamiento o atragantamiento, etc.

Ante una **emergencia** no se requiere consentimiento por Ley para actuar por lo que los **pasos básicos** son: **proteger, avisar y socorrer** (¿recuerdas el principio del curso?).

Al socorrer seguimos indicaciones precisas del profesional sanitario del servicio de emergencia, que tienen la misma eficacia que una prescripción escrita.

Para saber más

Asociación Española para el Estudio de los Trastornos de la Conducta Alimentaria

Disponible: http://www.aeetca.com/

{Consultado: 24/11/2020}

Web de la asociación con mucha información útil.

Asociación aragonesa de familiares de enfermos con trastornos de la conducta alimentaria: anorexia y bulimia

Disponible: http://www.arbada.org/

{Consultado: 24/11/2020}

Web de la asociación aragonesa. Importante: ofrece su contacto, que nos puede servir para acciones de ayuda docente en las que podamos necesitar de su colaboración.

Guía de Trastornos de la Conducta Alimentaria. CCAA de Aragón

Disponible: https://bit.ly/3q95rOo

{Consultado: 24/11/2020}

Es una guía muy práctica editada en la Comunidad Autónoma de Aragón, que responde a las necesidades de poder prevenir los TCA, a través de un equipo multidisciplinar cualificado.

Estrategia de Promoción de Alimentación y Actividad Física Saludables. Gobierno de Aragón

Disponible: https://bit.ly/37f8HiA

https://www.facebook.com/ePASEAR/

Consultado el {24/11/2020}

Iniciativa Activilandia

Disponible en: https://www.sanidad.gob.es/va/campannas/campanas13/activilandiaInfo.htm

{Consultado: 24/11/2020}

Activilandia es una iniciativa divulgativa de la Estrategia NAOS de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición. Es el Parque Temático Virtual dedicado específicamente a promover la Alimentación Saludable, la Actividad Física variada, el Ocio Activo y otros Hábitos Saludables. Una plataforma virtual que combina contenidos lúdicos y educativos en formatos audiovisuales: Juegos digitales, vídeos, música, descargas, animaciones 2D y 3D, concursos...

El peso de la vida

Disponible en: https://bit.ly/3mdAhTH

{Consultado: 24/11/2020}

Gran documento televisivo emitido por RTVE con una duración de 57'13'', en el que según se lee en la portada " se hace un acercamiento a un mundo de miedos ocultos, de soledad y de profundo dolor en el que el peso y la delgadez extrema son sólo la punta del iceberg de una enfermedad mental que causa estragos en quienes la sufren y en sus familias, especialmente en el caso de los crónicos". Totalmente recomendada su visualización.

Consumópolis

Disponible en: https://bit.ly/37lzyJM

{Consultado: 24/11/2020}

Es la ciudad de consumo responsable que sirve a la comunidad escolar de herramienta para promover el conocimiento de un consumo solidario y responsable, a través de carpetas de fichas pedagógicas, tablón de anuncios, zona de juegos y concurso escolar. Portal creado por la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN).

Campañas de nutrición y educación física de AESAN

Disponible: https://bit.ly/2J8dryH

{Consultado: 24/11/2020}

Educa NAOS

Disponible en: https://bit.ly/2VfXRmM

{Consultado: 24/11/2020}

A través de este enlace podemos acceder a un numeroso y muy bien editado material didáctico en diversos formatos para poder desarrollar la estrategia NAOS; existen diferentes apartados: para los profesores, los menores, las familias, documentos para el entorno escolar, juegos, etc.

Guía de la Asociación Española de Pediatría para centros docentes.

Disponible en: https://bit.ly/36hJLYp

{Consultado: 24/11/2020}

En este enlace podemos tener acceso a la Guía, así como a numeroso material relacionado de extraordinario valor para ayudarnos a comprender las situaciones de urgencia, accidentes, higiene, etc. Editada en 2015 por el Grupo de educación para la salud de la Asociación Española de Pediatría en Atención primaria.

Copyright 2026

"RESOLUCIÓN DE 7 DE NOVIEMBRE DE 2017, DEL DIRECTOR GENERAL DE INNOVACIÓN, EQUIDAD Y PARTICIPACIÓN Y EL DIRECTOR GENERAL DE ASISTENCIA SANITARIA DEL GOBIERNO DE ARAGÓN, POR LA QUE SE DICTAN INSTRUCCIONES RELATIVAS A LA ATENCIÓN EDUCATIVA AL ALUMNADO CON ENFERMEDADES CRÓNICAS ASÍ COMO LA INTERVENCIÓN EN SITUACIONES DE URGENCIA Y EMERGENCIA EN LOS CENTROS DOCENTES DE LA COMUNIDAD AUTÓNOMA DE ARAGÓN".

Disponible en: https://bit.ly/33plPRh

{Consultado: 24/11/2020}

Este documento es de conocimiento indispensable para ti. Tiene por objeto dictar instrucciones relativas a la atención educativa al alumnado con enfermedades crónicas así como la actuación en situaciones de urgencia y emergencia en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón.

Protocolo de actuaciones entre el Departamento de Educación, Cultura y Deporte y el Departamento de Sanidad del Gobierno de Aragón para el desarrollo de acciones conjuntas para la vigilancia del Covid-19 en los centros docentes sostenidos con fondos públicos del Gobierno de Aragón. 04/09/2020.

Disponible: https://bit.ly/2KLz3kF

Consultado el {24/11/2020}

Revision #10
Created 2022-04-04 14:43:02 CEST by Equipo CATEDU
Updated 2022-04-26 17:53:18 CEST by Felipe Juanas

Copyright 2026