



CROCE ROSSA ITALIANA COMITATO CENTRALE

Allegato n.1 alla Delibera del Consiglio Direttivo Nazionale C.R.I.
n. **282/07** del **24 NOV 2007**

PROGRAMMA del Corso di PRIMO SOCCORSO, PREVENZIONE INFORTUNI E PROTEZIONE CIVILE per aspiranti MONITORI CRI (almeno 60 ore di lezione)

- Introduzione ai Corsi di Educazione Sanitaria della C.R.I.
Introduzione al PRIMO SOCCORSO. Definizione di Primo Soccorso e Pronto Soccorso. Il Sistema di Emergenza-Urgenza.
Concetti di Urgenza e Gravità. Priorità di intervento in caso di molti infortunati (triage).
Condotta del soccorritore occasionale. L'autoprotezione. Esame dell'Infortunato*. Attivazione del Servizio di Emergenza Sanitaria.
*Esame dell'infortunato: Controllo primario - Metodi di valutazione delle funzioni vitali: Coscienza - Attività respiratoria - Attività cardiocircolatoria.
L'infortunato incosciente.
La catena della sopravvivenza. Che cos'è il B.L.S. (Supporto di base delle funzioni vitali). Che cosa è la defibrillazione precoce. Che cos'è l'A.C.L.S. (Supporto Vitale Avanzato). L'importanza del Primo Soccorritore.
L'ABC del soccorso = **A** (Airway = Apertura delle vie aeree) - **B** (Breathing = Controllo respirazione) - **C** (Circulation = Compressioni toraciche).
L'infortunato incosciente che respira normalmente. Posizione Laterale di Sicurezza. Esercitazioni pratiche.
Aspetti legali del Primo Soccorso: l'omissione di soccorso
L'infortunato incosciente che non respira o non respira normalmente.
- Cellule - tessuti - organi - apparati. La vita delle cellule; le funzioni delle cellule (produzione di energia, processi di sintesi). La respirazione cellulare.
Apparato respiratorio (anatomia e fisiologia). La respirazione polmonare.
Il 'triangolo della vita'.
- La Rianimazione Cardio-Polmonare (RCP): tecnica della Respirazione Artificiale; tecnica del Massaggio Cardiaco.
B.L.S. nell'adulto 1) in caso di arresto cardiaco primario 2) in caso di arresto respiratorio primario.
B.L.S. pediatrico.
Esercitazioni pratiche: RCP a 1 Soccorritore - RCP a 2 Soccorritori.
Manovra di prono-supinazione (come portare in posizione supina un infortunato prono).

- Cause di asfissia. Prevenzione e Primo Soccorso.
 - Ostruzione delle vie aeree. Corpi estranei: manovre di disostruzione (esercitazioni pratiche) Annegamento. Idrocuzione.
 - Paralisi dei muscoli respiratori: folgorazione, farmaci, alcool, droghe, ecc.
 - Arresto respiratorio per compressione toracica, per traumi toracici.
 - Alterazioni nella composizione dell'aria: CO₂ di origine endogena, CO₂ di origine esogena.
 - Avvelenamento da gas tossici; avvelenamento da monossido di Carbonio (CO).
 - Arresto respiratorio conseguente ad arresto cardiaco primario.
- Apparato cardiocircolatorio (anatomia e fisiologia).
 - Il tragitto del sangue.
 - La pressione arteriosa. Il polso: vari tipi di polso.
 - Il sangue (composizione e funzioni). I gruppi sanguigni. Cenni sulla terapia trasfusionale.
 - Cenni sul sistema linfatico.
- Emorragie: esterne, esteriorizzate, interne.
 - Emorragie esterne semplici e gravissime: tamponamento; punti di compressione a distanza; uso del laccio emostatico.
 - Sindrome da schiacciamento.
 - Emorragie esteriorizzate: epistassi, otorragia, emoftoe, emottisi, ematemesi, melena, rettoragia, proctorragia, menorragia e metrorragia.
 - Emorragie interne. Emorragie in cavità.
- Lo Shock : vari tipi di shock. Prevenzione e Primo Soccorso
- La cute (anatomia e fisiologia).
 - Le ferite: vari tipi di ferite e loro complicanze.
 - Disinfezione delle ferite semplici. Medicazioni e bendaggi.
 - Le ferite gravi: ferite penetranti; ferite al torace; ferite all'addome. Fasciature protettive con triangoli.
 - Posizionamento del ferito.
 - Il tetano. Concetto di Immunità: immunità attiva e passiva; immunità naturali e artificiali.
 - Vaccinazione. Sieroprofilassi.
 - Le ustioni: ustioni termiche, ustioni elettriche, ustioni da irraggiamento, ustioni da sostanze chimiche.
 - I congelamenti.
- Apparato di sostegno e locomozione: ossa, articolazioni, muscoli (anatomia e fisiologia).
 - Lesioni muscolari (stiramento, strappo muscolare).
 - Traumi delle articolazioni (distorsioni, lussazioni).
 - Fratture: vari tipi di fratture.
 - Nozioni pratiche per l'immobilizzazione di lesioni osteo-articolari in diverse sedi: arto superiore, arto inferiore; lesioni toraciche.
- Sistema nervoso (anatomia e fisiologia). Sistema nervoso somatico e sistema nervoso vegetativo.
 - Sistema nervoso centrale e periferico.

- Traumi cranici. Lesioni esterne: fratture craniche. Lesioni interne: commozione cerebrale, contusione cerebrale, emorragia cerebrale, ematoma cerebrale.
Primo Soccorso ad un traumatizzato cranico.
Infortunato portatore di casco: manovre per eventuale estrazione.
- Traumi vertebrali. Cause, sintomi.
Comportamento del Primo Soccorritore in caso di sospetta lesione di colonna vertebrale.
Presidi di immobilizzazione e trasporto usati nel Soccorso Qualificato (barella a cucchiaio, asse spinale, materassino a depressione).
- Malori improvvisi. Alterazioni e perdite di coscienza. Lo stato di coma.
Valutazione dei malori improvvisi.
Stati di ipotensione arteriosa: lipotimia, sincope, collasso cardiocircolatorio (shock).
Stati patologici dovuti ad ipertensione arteriosa. Arteriosclerosi e ateromasia; concetti di trombo ed embolo. Prevenzione.
Congestione cerebrale. Ictus cerebrale. Primo Soccorso.
Le cardiopatie ischemiche: angina pectoris, infarto del miocardio. Prevenzione delle malattie cardiovascolari.
L'edema polmonare acuto.
- Malori dovuti a cause ambientali : colpo di sole, colpo di calore; assideramento.
- Malori dovuti ad affezioni del sistema nervoso: epilessia, convulsioni febbrili nel bambino. Crisi isterica. Crisi di panico.
- Apparato digerente (anatomia e fisiologia).
Avvelenamenti, intossicazioni da cibi, farmaci, sostanze caustiche. Intossicazione acuta da alcool.
Prevenzione e Primo Soccorso.
Coliche epatiche, intestinali, renali.
Malori dovuti ad alterazioni metaboliche: il coma iperglicemico; il coma ipoglicemico.
- Aspetti di urgenza delle tossicodipendenze. Tossicodipendenza da alcool. Tossicodipendenza da sostanze stupefacenti. Tossicodipendenza da oppiacei: crisi da astinenza, crisi da overdose. Tossicodipendenza da droghe d'abuso più comuni.
- Corpi estranei.
- Punture di insetti. Morsi di animali.
- Primo Soccorso in caso di parto precipitoso.
- Impiego diapositive, filmati.
- La didattica dei Corsi di Educazione Sanitaria: richiamo organico alle nozioni di didattica scaturite dalle prove di lezione degli allievi.
- **Protezione civile**
La Protezione Civile nei diversi rischi: sismico, idrogeologico, chimico, nucleare, radiologico (questi temi andranno sviluppati secondo la mappa di rischio regionale). Norme di comportamento nelle varie emergenze.

- **La Croce Rossa**

Storia della Croce Rossa. I 7 Principi della Croce Rossa. Le Convenzioni di Ginevra. Gli Organi della Croce Rossa Internazionale. Organizzazione della CRI con particolare riguardo alle Componenti volontarie: Corpo militare, Corpo Infermiere Volontarie, Corpo Volontari del soccorso, Corpo Pionieri, Comitato Nazionale Femminile, Gruppo Donatori di sangue.

N.B. *Le lezioni devono essere integrate con le Direttive Didattiche ad uso dei Monitori della CRI. La revisione e l'aggiornamento di questo testo da parte del Comitato Tecnico per l'Educazione Sanitaria è in corso. Le norme e le regole didattiche di base verranno applicate e ribadite durante tutte le prove di lezione che durante il Corso il Capomonitore farà svolgere a ciascun allievo aspirante Monitore. Queste norme valgono per tutti i Corsi di formazione Monitori.*

**PROGRAMMA del Corso Base di
PRIMO SOCCORSO, PREVENZIONE INFORTUNI E PROTEZIONE CIVILE
per la POPOLAZIONE adulta
(9 /10 lezioni di 2 ore)**

1. Introduzione al Primo Soccorso. Concetti di Urgenza e Gravità. Priorità di intervento in caso di molti infortunati. Condotta del soccorritore. L'autoprotezione. Esame dell'infortunato. Attivazione del Servizio di Emergenza Sanitaria.
La 'catena della sopravvivenza'. Il B.L.S. (Basic Life Support = Supporto vitale di base). La defibrillazione precoce. L'importanza del Primo Soccorritore.
Valutazione dello stato di coscienza. L'infortunato incosciente.
Apertura delle vie aeree, controllo della respirazione.
L'infortunato incosciente che respira. Posizione Laterale di Sicurezza. Esercitazioni pratiche.
Aspetti legali del Primo Soccorso (l'omissione di soccorso).
L'infortunato incosciente che non respira o non respira normalmente.
Introduzione all'apparato respiratorio: concetti di cellula, tessuto, organo, apparato. La vita delle cellule; funzioni delle cellule. La respirazione cellulare.
2. L'apparato respiratorio (cenni di anatomia e fisiologia). Il 'triangolo della vita'.
La Rianimazione Cardio-Polmonare (RCP): tecnica della Respirazione Artificiale; tecnica del Massaggio Cardiaco.
B.L.S. nell'adulto 1) in caso di arresto cardiaco primario 2) in caso di arresto respiratorio primario.
B.L.S. pediatrico.
Esercitazioni pratiche: RCP a 1 Soccorritore - RCP a 2 Soccorritori.
Cause di arresto respiratorio. Ostruzione delle vie aeree (manovre di disostruzione: esercitazioni pratiche). Annegamento. Folgorazione. Farmaci, alcool, droghe. Alterazione nella composizione dell'aria inspirata (eccesso di CO₂). Presenza di gas tossici. Arresto respiratorio conseguente ad arresto cardiaco primario.
3. Ripasso del B.L.S. Completamento esercitazioni pratiche.
Apparato Cardiocircolatorio (anatomia e fisiologia). Il sangue. Cenni sulla donazione del sangue.
Emorragie esterne, esteriorizzate, interne.
Tamponamento di emorragie esterne semplici.
Emorragie profuse: punti di compressione a distanza; uso del laccio emostatico.
Emorragie esteriorizzate. Emorragie interne.
4. Lo stato di shock (cause e tipi di shock). Prevenzione e Primo Soccorso.
La cute. Le ferite. Ferite semplici. Medicazioni, bendaggi.
Ferite gravi. Triangolazioni protettive. Posizionamento del ferito.
Il tetano. Vaccinazione, sieroprofilassi. Concetto di immunità: attiva e passiva - naturale e artificiale.
5. Le ustioni. I congelamenti.
Apparato osteo-articolare. Lesioni ai muscoli. Lesioni alle articolazioni (distorsioni, lussazioni).
Fratture: classificazione. Immobilizzazioni di fortuna per sospette lesioni agli arti superiori, inferiori, al torace.
6. Sistema nervoso centrale e periferico.

- Traumi cranici: lesioni esterne (frattura cranica); lesioni interne (commozione cerebrale, contusione cerebrale, compressione cerebrale). Primo Soccorso.
- Traumi vertebrali. Sospetta frattura di colonna vertebrale. Comportamento del Primo Soccorritore.
(*Si dia, se possibile, inizio alla lezione successiva*).
7. Malori improvvisi, perdite di coscienza. Lipotimia, sincope.
Ipertensione, arteriosclerosi, aterosmasia; concetti di trombo e di embolo.
Congestione cerebrale, ictus cerebrale. Prevenzione e Primo Soccorso.
Le cardiopatie ischemiche: angina pectoris, infarto del miocardio. Arresto cardiaco improvviso: ripasso parte pratica del B.L.S. (RCP a 1 e a 2 soccorritori).
Prevenzione delle malattie cardiovascolari.
L'edema polmonare acuto.
8. Malori dovuti a cause ambientali (colpo di calore, assideramento).
Malori relativi al sistema nervoso centrale: epilessia, convulsioni febbrili nel bambino. Crisi isterica. Crisi di panico.
Apparato digerente. Avvelenamenti; intossicazione da cibi, farmaci, sostanze chimiche. Alcoolismo acuto. Prevenzione e Primo soccorso.
Coliche epatiche, intestinali, renali.
Emergenze nel diabete: crisi iperglicemica; crisi ipoglicemica.
9. Tossicodipendenze. Alcoolismo cronico. Tossicodipendenza da oppiacei: crisi da overdose; crisi da astinenza. Tossicodipendenza da droghe d'abuso più comuni.
Corpi estranei nell'occhio, nell'orecchio. Punture di insetti. Morsi di animali.
Il parto precipitoso.
10. Lezione supplementare di riserva ed integrativa.
Ripasso parte pratica (BLS - RCP).
Eventuale proiezione diapositive o filmati.
Storia e Principi della Croce Rossa. La Protezione Civile.

N.B. *Norme di comportamento nella Protezione Civile verranno segnalate durante il corso nella trattazione di argomenti correlati.*

**PROGRAMMA del CORSO di PRIMO SOCCORSO
per le SCUOLE MEDIE INFERIORI
(10 lezioni di 1 ora ciascuna o 5 lezioni biorarie)**

- * Verrà sintetizzata l'anatomia dei 3 apparati fondamentali (apparati respiratorio e circolatorio, sistema nervoso) basandosi sul concetto didattico del "triangolo della vita", impiegando i relativi tabelloni anatomici.
Solo cenni brevissimi sull'anatomia di altri organi per introdurre i diversi argomenti (es. pelle, ossa, apparato digerente, ecc.). Solitamente nella III media lezioni di anatomia sui principali apparati sono già state svolte dall'insegnate di ruolo (informarsi).
- * Il B.L.S. La catena dei soccorsi.
Dare sempre molto rilievo alla chiamata del Soccorso Qualificato (118) e il modo corretto con cui effettuarla: argomento importantissimo da segnalare continuamente.
- * Si punterà prevalentemente sulla parte pratica, facendo scaturire le domande durante le esercitazioni.
Posizione Laterale di Sicurezza : farla provare a tutti.
- * Dimostrazione di Rianimazione Cardio-Polmonare.
- * Emorragie esterne semplici e gravissime. Parte pratica.
Delle emorragie esteriorizzate si tratteranno solo l'epistassi e l'otorragia, escludendo le altre.
La donazione del sangue come atto di solidarietà.
- * Medicazione di piccole ferite. Applicazione del cerotto. Tubolari di rete.
- * Le ustioni. Effetti del caldo e del freddo sull'organismo: cenni.
- * Traumi: fratture, distorsioni, lussazioni. Traumi cranici. Traumi vertebrali.
- * Per quanto riguarda i "malori", dare rilievo alla lipotimia, allo stato di coma (es. ictus cerebrale) e all'attacco cardiaco (infarto del miocardio). Cenni sull'epilessia.
- * Puntare molto sulla prevenzione degli incidenti scolastici, domestici e stradali.

N.B. Ricordare che i Corsi nelle Scuole rappresentano un'importante promozione al Volontariato. Gli allievi vanno invitati a seguire Corsi completi in Croce Rossa (citare i Corsi per Pionieri). Parlare delle attività CRI e delle Componenti Volontarie di Croce Rossa. Presentarsi sempre nelle scuole indossando la divisa della propria Componente CRI.

**PROGRAMMA DEL CORSO B.L.S. (Basic Life Support - Supporto di Base delle Funzioni Vitali)
per la POPOLAZIONE adulta
(Corso breve: 5/7 ore per 10-12 allievi)**

- La "catena della sopravvivenza". Importanza del Primo Soccorritore Valutazione della dinamica dell'evento. Autoprotezione. Attivazione precoce del sistema Emergenza-Urgenza 118.
- Il B.L.S. (Basic Life Support = Supporto vitale di base).
 - Valutazione dello stato di coscienza
 - L'infortunato incosciente: apertura delle vie aeree, controllo della respirazione.
 - L'infortunato incosciente che respira: Posizione Laterale di Sicurezza. Esercitazioni pratiche.
 - L'infortunato incosciente che non respira o non respira normalmente: Rianimazione Cardio-Polmonare.
- B.L.S. in caso di arresto cardiaco primario.
- B.L.S. in caso di arresto respiratorio primario.
- Esercitazioni pratiche: RCP a 1 Soccorritore - RCP a 2 Soccorritori.
- L'infarto del miocardio: sintomi e segni. La morte improvvisa.
- Cause di arresto respiratorio: ostruzione delle vie aeree da corpo estraneo (manovre di disostruzione: esercitazioni pratiche); annegamento; trauma; folgorazione; intossicazione da farmaci, alcool, droghe; alterazione nella composizione dell'aria inspirata (eccesso di CO₂); presenza di gas tossici; arresto respiratorio conseguente ad arresto cardiaco primario.
- Cenni sulla defibrillazione precoce.
- Aspetti medico-legali del B.L.S.

Formazione al B.L.S.

La C.R.I. ha antica tradizione nel campo della diffusione delle manovre di Rianimazione Cardio-Polmonare. Per la formazione al B.L.S. dei Monitori di Primo Soccorso e quindi per il B.L.S. da diffondere nei Corsi di Primo Soccorso destinati alla popolazione, la C.R.I. ha fatto riferimento nei programmi e nei testi ai vari livelli, alle Linee Guida Internazionali di I.L.C.O.R. ed EUROPEAN RESUSCITATION COUNCIL (E.R.C.).

PROGRAMMA del Corso
ASSISTENZA AL MALATO E ALL'ANZIANO IN FAMIGLIA
per aspiranti MONITORI CRI
(almeno 42 ore di lezione)

Assistenza al malato

- Introduzione al corso. Scopi del corso. Principi di base.
Salute e malattia. Norme generali di prevenzione (prevenzione primaria, secondaria, terziaria).
L'igiene nei suoi vari aspetti.
L'igiene alimentare. I nutrienti: carboidrati, lipidi, proteine, vitamine, sali minerali, acqua.
Principi di dietetica (lezione preparatoria per affrontare la dieta del malato, dell'anziano, il diabete, le malattie cardiovascolari, ecc.).
I corpi chetonici: esempio di alterazione metabolica (nell'infanzia, nel diabete, nel digiuno).
Disturbi della condotta alimentare (anoressia, bulimia).
- Igiene personale: del malato, del curante. Lavaggio delle mani. Indumenti protettivi nella cura del malato.
Igiene dell'ambiente, eliminazione dei rifiuti.
Il malato. Sintomi e segni di malattia.
La febbre. Temperatura. Polso. Pressione arteriosa. Raccolta di urine e feci.
Rapporto giornaliero (foglio di malattia).
- Comportamento e atteggiamenti della persona curante.
Psicologia del malato (acuto, cronico, lungodegente).
Il letto del malato: posizione, dimensioni, rialzi di fortuna.
Cambiamento del lenzuolo inferiore con il malato a letto.
Cambiamento del lenzuolo superiore con il malato a letto.
Scorrimento della traversa.
Posizionamento del malato seduto.
Come vestire e svestire il malato allettato, poco (o non) collaborante.
Esercitazioni pratiche.
- Ripresa esercitazioni pratiche della lezione precedente.
La pulizia del malato. Toilette quotidiana.
La pulizia del cavo orale. Lavaggio dei denti nel malato collaborante, poco collaborante, non collaborante. Lavaggio delle protesi. Come prevenire la candidosi orale.
L'uso della padella. L'igiene intima del malato.
Il bagno a letto.
- Prevenzione delle ulcere da compressione (piaghe da decubito).
Il vitto del malato (dieta liquida, dieta semiliquida, dieta leggera).
- Gli agenti patogeni. Gli agenti patogeni biologici: batteri, virus; miceti, protozoi; metazoi.
Condizioni di vita dei germi. I germi patogeni. I germi detti "ospiti abituali" o "germi opportunisti".
Immunità attiva e passiva. Immunità naturali e artificiali. Vaccinazione, sieroprofilassi.

- I farmaci antimicrobici. Sulfamidici, antibiotici. La chemioresistenza, l'antibioticoresistenza. Errori più comuni nella somministrazione dei farmaci. Farmaci e loro tossicità. Modalità pratiche di somministrazione (comprese, pillole, capsule, supposte, sciroppi, gocce).
- Cure semplici ordinate dal medico: clistere, applicazioni di caldo e di freddo, inalazioni. La convalescenza. Il paziente terminale. La terapia antalgica. Cure etiche. Assistenza al morente.

Assistenza all'anziano

- Gerontologia e geriatria. L'anziano nell'attuale società. La psicologia dell'anziano. Mutamenti fisiologici della terza età (psichici e fisici). Prevenzione dell'invecchiamento precoce.
- Le malattie croniche. Malattie dell'apparato respiratorio: bronchite cronica, enfisema polmonare, tubercolosi (con particolare cenno alla tubercolosi post-primaria).
- Le malattie delle arterie. Cardiopatie ischemiche. Scompenso cardiaco. Vizi valvolari. Edema polmonare acuto. Ictus cerebrale. Cure al cardiopatico. Cure all'emiplegico.
- Arteriti periferiche. Malattie delle vene (varici, flebiti). Le patologie non traumatiche dell'apparato locomotore. Artrite. Artrosi. Osteoporosi. Cenni sulle malattie reumatiche.
- Prevenzione dei tumori: segni premonitori.
- Il diabete mellito (tipo I e tipo II). Cause ed evoluzione. Squilibri, emergenze.
- Malattia di Parkinson. Demenze; la Malattia di Alzheimer. Lo stato confusionale acuto.
- I diritti dell'anziano.

PROGRAMMA del Corso
ASSISTENZA AL MALATO E ALL'ANZIANO IN FAMIGLIA
per la POPOLAZIONE adulta
(12 lezioni di 2 ore ciascuna: 7 lezioni "Malato" + 5 lezioni "Anziano")

Assistenza al Malato

1. La salute, la malattia, la prevenzione. L'igiene nei suoi vari aspetti.
L'igiene alimentare. I nutrienti . Principi fondamentali di dietetica.
2. Conversazione sull'alimentazione. I corpi chetonici: nel bambino, nel digiuno, nel diabete.
Sintomi e segni di malattia. La febbre. Misurazione della temperatura. Il polso. La Pressione Arteriosa.
Il letto. Cambio di lenzuola col malato a letto. Posizioni del malato.
3. Esercitazioni parti pratiche.
Pulizia del malato. Pulizia del cavo orale.
L'uso della padella. L'igiene intima del malato. Il bagno a letto.
4. Completamento delle esercitazioni parti pratiche già svolte.
Prevenzione delle piaghe da decubito.
Il vitto del malato: dieta liquida, semiliquida, leggera.
5. Agenti patogeni biologici: batteri, virus; miceti, protozoi, metazoi.
Condizioni di vita dei germi. I germi 'opportunisti'. Le difese dell'organismo.
Immunità attiva e passiva. Immunità naturali e artificiali.
6. I farmaci antimicrobici. Il fenomeno della resistenza batterica.
Errori più comuni nella somministrazione dei farmaci. Rischi dell'automedicazione.
Corretta somministrazione dei farmaci.
7. Cure e trattamenti terapeutici vari (clistere, applicazioni di caldo e di freddo, inalazioni, ecc.).
Assistenza ai malati gravi, in fase terminale. Cure al defunto.

Assistenza all'Anziano

8. Concetti di geriatria e gerontologia.
L'anziano nell'attuale società. Mutamenti naturali fisici e psichici della terza età.
9. Come evitare l'invecchiamento precoce. L'alimentazione dell'anziano sano.
La terapia occupazionale.
L'anziano ammalato. Le malattie croniche.
Malattie dell'apparato respiratorio (bronchite cronica, enfisema polmonare, tubercolosi).
10. Malattie delle arterie. Cardiopatie ischemiche. Ictus cerebrale. Scompenso cardiaco.
Vizi valvolari. Edema polmonare acuto.
Cure al cardiopatico. Cure all'emiplegico.
11. Le patologie non traumatiche dell'apparato locomotore. Artrite. Artrosi. Osteoporosi.
Cenni sulle malattie reumatiche.
Il diabete mellito. Cause. Tipi di diabete (I e II). Evoluzione. Squilibri ed emergenze.

Allegato n.6 alla Delibera del Consiglio Direttivo Nazionale C.R.I.
n.**282/07** del **24 NOV 2007**

12. Malattia di Parkinson.

Demenze; la Malattia di Alzheimer. Lo stato confusionale acuto.

13. I diritti dell'anziano.

**PROGRAMMA del Corso MADRE E BAMBINO
per aspiranti MONITORI CRI
(almeno 44 ore di lezione)**

- Maternità e paternità responsabili sotto l'aspetto fisico- psichico - affettivo- morale ed economico.
Cellule somatiche. Cellule gameti.
L'apparato genitale femminile (anatomia e fisiologia). Ovogenesi. Ovulazione.
Il ciclo mestruale. Ormoni ovarici, ormoni ipofisari.
L'apparato genitale maschile. La catena della spermatogenesi. Ormoni sessuali maschili.
Ormoni ipofisari.
- La fecondazione. Zigote: la prima cellula somatica.
I cromosomi, i geni. Riproduzione delle cellule somatiche: la mitosi.
La produzione dei gameti: la meiosi (produzione di spermatozoi, produzione di ovocellule).
La determinazione del sesso.
La trasmissione dei caratteri ereditari. Caratteri dominanti, caratteri recessivi.
Malattie congenite; malattie ereditarie. La talassemia, l'emofilia.
La displasia congenita dell'anca.
- Concepimento, percorso dell'ovulo fecondato, annidamento.
Fasi di sviluppo dell'ovulo fecondato: dallo zigote alla formazione dei foglietti embrionali (cenni di embriogenesi). Gli annessi fetali (placenta, corion, amnios, sacco amniotico, cordone ombelicale).
Brevi cenni sulla circolazione fetale.
Periodo embrionale, periodo fetale.
- La gestazione; sintomi soggettivi. Controllo medico. Tests in gravidanza.
I gruppi sanguigni . Sistema ABO. Fattore Rhesus. Incompatibilità materno-fetale per il fattore Rh: l'ittero emolitico del neonato.
- Igiene della gestante. Igiene alimentare.
Preparazione psico-fisica al parto.
Corredino, letto per il nascituro.
Eventuali disturbi in gravidanza: emorragie vaginali, gonfiori, emissione di liquido amniotico, aumento improvviso di peso, mal di testa, ronzio alle orecchie, disturbi della vista, febbre, ecc.
Diminuzione delle urine. Mancanza di movimenti del feto. Gestosi.
Incidenza di malattie nel periodo prenatale.
Cause di aborto.
- Preparativi per il parto. Parto in Ospedale (vantaggi). Determinazione della data del parto.
Segni precursori. Inizio del travaglio. Autocontrollo della madre (respirazione e rilassamento).
Periodo di dilatazione. Periodo di espulsione.
Parto normale. Taglio del cordone ombelicale. Cure immediate al bambino.
Fase del "secondamento".
Primo intervento in caso di parto precipitoso.
- Bambino prematuro; immaturo.

Caratteristiche del neonato: peso, altezza, fontanelle, indice di APGAR, occhi, pelle, capelli.
Sonno, pianto, feci.

Ittero fisiologico del neonato.

Assistenza e prime cure. Medicazione del cordone ombelicale.

Come sollevare il bambino, come tenerlo in braccio, posizione sicura in culla.

Come si cambia il bambino. Toilette parziale: viso, manine, sederino, genitali.

Il bagno: dimostrazione.

Abbigliamento del bambino.

- La crescita del bambino
Alimentazione. Latte materno (vantaggi). Orari, razione quotidiana.
Alimentazione mista. Alimentazione artificiale.
Biberon e tettarelle. Sterilizzazione.
Alimenti complementari.
Divezzamento.
- Sviluppo fisico- psichico nel I anno di vita.
Sviluppo fisico: sviluppo ponderale, sensoriale, motorio, controllo sfinteri.
La comunicazione madre-bambino e padre-bambino.
I giocattoli. I giochi e la socializzazione. La comunicazione col bambino e fra i bambini.
L'azione dei mass-media nella determinazione dei comportamenti e degli atteggiamenti.
Informazione ed educazione sessuale.
- La malattia: conoscere per prevenire e curare.
Prevenzione delle malattie contagiose. Calendario delle vaccinazioni (obbligatorie e consigliate).
Le principali malattie infettive dell'infanzia.
I bambini e gli animali: le zoonosi
Scoperta dei primi sintomi di malattia, chiamata del medico, somministrazione dei medicinali, farmacia casalinga.
Le principali malattie sociali, approfondimenti su Talassemia, Emofilia, Fibrosi cistica, Displasia congenita dell'anca.
- I rischi più comuni nell'infanzia. Prevenzione degli infortuni.
Il B.L.S. pediatrico (P.B.L.S.) - La Rianimazione Cardio-Polmonare nel neonato e nel bambino.
Disostruzione delle vie aeree da corpo estraneo.
- Procreazione responsabile. Cenni sulla contraccezione.
Cause di sterilità.
Prevenzione dei tumori della sfera genitale.
Malattie trasmesse sessualmente.

**PROGRAMMA del Corso MADRE E BAMBINO
per la POPOLAZIONE adulta
(9/10 lezioni di due ore ciascuna)**

1. Paternità e maternità responsabile.
Cellule somatiche e cellule gameti.
L'apparato riproduttore femminile. Ovulazione. Mestruazione. Il ciclo ovarico.
Ormoni ovarici, ormoni ipofisari.
L'apparato riproduttore maschile. La spermatogenesi. Ormoni maschili.
2. La fecondazione. Trasmissione dei caratteri ereditari. Malattie congenite ed ereditarie.
3. Dopo il concepimento: percorso dell'uovo fecondato, annidamento ed impianto. Sviluppo dell'embrione. Gli annessi fetali. Fase embrionale e fase fetale.
La gravidanza. Esami e tests in gravidanza. Gruppi sanguigni, fattore Rhesus.
Igiene della futura madre. Eventuali disturbi in gravidanza. Gestosi.
4. La nascita: preparativi.
Il parto. Assistenza alla madre e al bambino durante e dopo il parto.
Il parto precipitoso: norme di comportamento di chi assiste.
5. Il neonato. Il prematuro, l'immaturo. Caratteristiche del neonato.
Pulizia parziale del bambino; il bagno; l'abbigliamento.
6. Alimentazione del neonato. L'allattamento al seno. Alimentazione mista, alimentazione artificiale.
Lo svezzamento.
7. Sviluppo fisico, mentale ed affettivo del bambino.
I diritti del bambino. Importanza della famiglia (conversazione).
8. Le malattie più comuni dell'infanzia.
L'infanzia e i suoi rischi.
Il B.L.S. pediatrico (P.B.L.S.). La Rianimazione Cardio-Polmonare nel neonato e nel bambino.
Disostruzione delle vie aeree da corpo estraneo.
9. Procreazione responsabile. Cenni sulla contraccezione.
Cause di sterilità.
Prevenzione dei tumori della sfera genitale.
Malattie trasmesse sessualmente.

**PROGRAMMA del Corso di EDUCAZIONE ALLA SALUTE
per aspiranti MONITORI CRI
(almeno 70 ore di lezione)**

- Introduzione: concetto di salute e malattia; concetto di prevenzione (primaria, secondaria, terziaria); concetto di fattori di rischio.

L'organismo umano. Cellule, tessuti, organi ed apparati.

Elementi fondamentali della cellula. Cenni generali sulle funzioni della cellula: produzione di energia, processi di sintesi, riproduzione cellulare.

Apparato respiratorio (anatomia e fisiologia): respirazione cellulare, respirazione polmonare.

Apparato cardio-circolatorio (anatomia e fisiologia).

Il sangue ed il sistema immunitario.

Apparato digerente (solo l'anatomia descrittiva).

(Il ripasso sarà effettuato usando i tabelloni anatomici)

I Nutrienti (Principi Alimentari semplici) energetici, plastici, protettivi: idrati di carbonio, lipidi, proteine, sali minerali, vitamine, acqua. Metabolismo degli alimenti.

- Apparato digerente (cenni di fisiologia): Digestione - Assorbimento - Utilizzo dei nutrienti. Produzione di energia. Processi di sintesi. Igiene alimentare. Errori alimentari più comuni (iperalimentazione, ipoalimentazione, disordini alimentari). Obesità, disturbi della condotta alimentare (anoressia, bulimia). Ripartizione dei pasti. Importanza della prima colazione. Educazione alimentare. Igiene degli alimenti. Scelta, conservazione, preparazione degli alimenti. I corpi chetonici o acetone: esempio di alterazione metabolica (nell'infanzia, nel diabete, nel digiuno).
- Informazione sessuale. La sessualità umana. Le sue fasi (bambino, adolescente, adulto, anziano). La vita, la riproduzione. Cellule somatiche, cellule gameti. Apparato genitale femminile: anatomia e fisiologia degli organi genitali interni ed esterni. Ovulazione. Mestruazione. Ormoni ovarici. Ormoni ipofisari. Apparato genitale maschile: anatomia e fisiologia degli organi genitali interni ed esterni. Controllo ormonale delle funzioni sessuali maschili. La fecondazione. Lo zigote: prima cellula somatica.
- Determinazione dei caratteri ereditari. I cromosomi. I geni. La mitosi. La meiosi. Determinazione del sesso. Caratteri ereditari dominanti e recessivi. Cenni generali sulle malattie congenite ed ereditarie. La talassemia. L'emofilia. La displasia congenita dell'anca. L'importanza della visita prematrimoniale per una procreazione responsabile.
- Che cos'è il DNA. Che cos'è l'RNA (lezioni differenti per il Monitore e per la popolazione). Proiezione di diapositive o slides di genetica (ripasso).
- Cenni di embriogenesi. Annessi embrionali.

Cenni sul decorso di gravidanza. La salute della gestante. Esami consigliati prima e durante la gravidanza. Gruppi sanguigni. Fattore Rhesus.

Alimentazione in gravidanza.

- Il parto. Il neonato: sue caratteristiche. Alimentazione del lattante: vantaggi dell'allattamento al seno. Proprietà del latte materno.
- Malattie acquisite: malattie infettive. Agenti patogeni.
Cenni di microbiologia: i microbi, i virus. Contagio, profilassi. L'immunità: concetti di antigene ed anticorpo. Calendario delle vaccinazioni (obbligatorie e consigliate)
Farmaci antimicrobici (sulfamidici, antibiotici). Fenomeno della farmacoresistenza.
Errori più comuni nell'assunzione di farmaci. Il pericolo dei farmaci. Il rischio dell'automedicazione.
- Esempi e trattazione di alcune importanti malattie infettive:
 - di origine microbica: la tubercolosi, il tifo.
 - di origine virale: l'influenza, l'infezione da HIV, l'epatiti virali, la rosolia, la parotite, ecc.Le malattie trasmesse sessualmente.
- La prevenzione dei tumori. I segni premonitori. Gli screening preventivi.
- Arteriosclerosi. Ateromasi. Ipertensione. Concetti di trombo ed embolo. Ictus cerebrale.
Cardiopatie ischemiche (angina pectoris, infarto del miocardio).
Edema polmonare acuto.
Arteriti periferiche. Prevenzione delle malattie delle arterie.
Malattie delle vene (varici, flebiti).
- Prevenzione delle patologie non traumatiche dell'apparato locomotore. Artrite. Artrosi. Osteoporosi.
- Il diabete mellito (con richiamo ai corpi chetonici trattati alla II lezione).
- Sviluppo fisico del bambino.
Igiene della persona. Igiene della bocca e dei denti. La carie dentaria: prevenzione.
La pediculosi.
L'alimentazione nell'infanzia. Il momento del pasto. Educazione alimentare. L'importanza della prima colazione.
Buone abitudini igieniche. L'attività fisica, lo sport.
- Sviluppo psico-fisico nel I anno di vita.
Salute psichica. Sviluppo della personalità. L'educazione.
Salute sociale: rapporto con la famiglia, la scuola, la società.
Conversazione di pedagogia.
Rapporti intergenerazionali (giovani, genitori, nonni).
N.B. Questa conversazione è la base per intraprendere il discorso sui "Malesseri e devianze giovanili"(alla base del fenomeno "tossicodipendenza")
- Uso ed abuso delle sostanze voluttuarie. Alcool. Fumo. Droghe.
Farmacodipendenza.
Storia del fenomeno "tossicodipendenza".

La salute dell'adolescente. Disturbi della condotta alimentare. Disagio psichico.
L'adolescenza: rapporto con gli adulti. Devianze e malesseri giovanili.
Comportamenti devianti. Rischio 'tossicofilo'.
Tatuaggi e piercing (prevenzione HCV e HBV).

- L'informazione e l'educazione sessuale. La contraccezione.

La didattica

Oltre alle solite norme che valgono per tutti i corsi, riguardanti il linguaggio semplificato, la progressione didattica, la schematizzazione, ecc. si segnalano i punti per la formazione del Monitore di Educazione alla salute:

- * Modelli comunicativi e formativi: come orientare la prevenzione primaria (evidenziare i fattori di rischio).*
 - * Il "bersaglio": orientare la didattica a seconda dell'età o della tipologia degli allievi (utilizzare spunti mirati agli utenti su cui fare leva per essere più convincenti).*
 - * Mass-media ed Educazione alla salute : gestione delle informazioni correnti sulla salute.*
 - * Il ruolo della Croce Rossa nella promozione della salute.*
-

**PROGRAMMA del Corso di EDUCAZIONE ALLA SALUTE
per la POPOLAZIONE
Corso per adulti e Scuole Superiori (14/15 lezioni di due ore ciascuna)
*Attenersi al programma del Corso per aspiranti Monitori *)***

- *) *Valgono gli stessi contenuti e la stessa progressione del corso per Monitori: non essendo un corso di formazione, ma un corso di informazione, bastano 28/30 ore di lezione.
(Il Corso di **Educazione alla salute** si svolge generalmente a gruppi di adulti che abbiano già seguito il Corso di Primo Soccorso. In questo caso, se il gruppo non ha già seguito altri tipi di Corso, sono necessarie le 14/15 lezioni biorarie sopra citate).*
- *Se il gruppo, dopo il Corso di “Primo Soccorso”, ha seguito anche il Corso di “**Assistenza al malato e all’anziano in famiglia**”, poiché molti argomenti sono già stati svolti, basteranno 9/10 lezioni biorarie.*
 - *Se il gruppo oltre ai Corsi di “ Primo Soccorso” e “ Assistenza al malato e all’anziano” ha già seguito anche il Corso “ **Madre e bambino**”, saranno sufficienti 5 lezioni biorarie supplementari.*

**PROGRAMMA del Corso di EDUCAZIONE ALLA SALUTE
per la SCUOLA MEDIA INFERIORE
(almeno 10 ore di lezione)**

- Cellule, tessuti, organi, apparati. La vita delle cellule. Produzione di energia, processi di sintesi. Ripasso degli apparati respiratorio, circolatorio, digerente. L'igiene definita nei suoi vari aspetti.
- Igiene alimentare. I Nutrienti: energetici, plastici, protettivi. Digestione, assorbimento, utilizzo dei nutrienti. Ripartizione dei pasti. Importanza della prima colazione. Disordini alimentari. Obesità. Igiene della bocca e dei denti.
- Informazione sessuale (*). Struttura e funzioni degli apparati genitali femminile e maschile. Trasmissione dei caratteri ereditari. Cromosomi. Geni. Il DNA. Le malattie congenite. Le malattie ereditarie. Fecondazione. Gravidanza. Parto.
- Le malattie infettive. Agenti patogeni: chimici, fisici, biologici. Agenti patogeni biologici: microbi, virus, protozoi, metazoi. Contagio diretto: concetti di 'malato' e di 'portatore'. Contagio indiretto (alimenti, oggetti, acqua, suolo, aria, insetti). Incubazione. Meccanismi di difesa. Immunità attiva e passiva. Vaccinazioni, sieroprofilassi. Uso corretto dei farmaci antimicrobici: la resistenza batterica. Esempi di malattie microbiche: la tubercolosi, il tifo. Esempi di malattie virali: l'influenza, l'epatiti virali, l'infezione da HIV, la rosolia, la parotite, ecc.
- Le principali malattie sociali. Cenni sul diabete. Arteriosclerosi e ateromasi: prevenzione delle malattie vascolari. I tumori. Prevenzione. I segni premonitori. La Malattia reumatica. Epilessia. Corretta postura della colonna vertebrale.
- Uso delle sostanze voluttuarie. L'alcool. Il fumo. Abuso dei farmaci. Farmacodipendenza. Rischi connessi a tatuaggi e piercing.

(*) **N.B.** - *La / le lezioni sulla informazione sessuale devono essere concordate con le Autorità scolastiche dal Coordinatore dei Corsi dell'Unità CRI. Nel caso vengano inserite nel programma, il corso può essere prolungato. In tal caso si tratterà anche l'infezione da HIV.*

**PROGRAMMA del Corso di EDUCAZIONE ALLA SALUTE
per la SCUOLA ELEMENTARE
(6 lezioni di 1 ora ciascuna)**

1. Il nostro corpo. La nostra salute. Quando siamo malati.
Significato di 'igiene' e suoi vari aspetti.
Cellule, tessuti ,organi, apparati.
Igiene alimentare. I nutrienti.
Educazione alimentare. Ripartizione dei pasti. L'importanza della prima colazione.
2. Cause di malattia. I germi. Vie di penetrazione dei germi patogeni.
I parassiti. Cenni sulla pediculosi.
3. Come prevenire le malattie. L'igiene personale, dell'ambiente (oggetti essenziali, utili, superflui).
Le vaccinazioni.
Igiene della bocca e dei denti. Prevenzione della carie dentaria.
4. Regole igieniche di vita sana e di prevenzione: l'aria pura, l'attività fisica, lo sport.
Prevenzione delle deviazioni della colonna vertebrale.
Prevenire gli incidenti, conoscere i rischi: pericoli e incidenti più comuni nell'infanzia. Gli infortuni domestici.
5. Pulizia e medicazione delle piccole ferite.
6. La Croce Rossa : principi ed ideali.

N.B. Se richiesta, si può inserire anche l'informazione sessuale: in tal caso saranno necessarie 1 - 2 ore supplementari. I temi trattati saranno:

- *gli apparati riproduttori femminile e maschile*
- *la fecondazione*
- *la gravidanza*
- *il parto.*

PROGRAMMA del CORSO PROPEDEUTICO
per l'ammissione ai Corsi per Monitori di Educazione Sanitaria
(Corpo Militare, Comitato Nazionale Femminile, Gruppo Donatori di Sangue)

L'Educazione Sanitaria.

Salute e malattia; prevenzione (primaria, secondaria, terziaria); i fattori di rischio.
Compiti, obiettivi e mezzi dell'E.S.
L'Educazione Sanitaria in Croce Rossa.
I corsi di Educazione Sanitaria per la popolazione.

Elementi di biologia cellulare.

La cellula elementare.
Gli organismi monocellulari. Virus e batteri (cenni).
Gli organismi pluricellulari.
Il corpo umano.

Il Primo Soccorso.

Introduzione al Primo Soccorso. Definizione di Primo Soccorso e Pronto Soccorso. Il Sistema di Emergenza-Urgenza.
Concetti di Urgenza e Gravità. Priorità di intervento in caso di molti infortunati.
Condotta del soccorritore occasionale. L'autoprotezione. Esame dell'Infortunato*. Attivazione del Servizio di Emergenza Sanitaria.
*Esame dell'infortunato: Controllo primario - Metodi di valutazione delle funzioni vitali: Coscienza - Attività respiratoria - Attività cardiocircolatoria.
L'infortunato incosciente.
La catena della sopravvivenza. Che cos'è il BLS (Supporto di base delle funzioni vitali). Che cosa è la defibrillazione precoce. Che cos'è l'ACLS (Supporto Vitale Avanzato). L'importanza del Primo Soccorritore.
L'infortunato incosciente che respira normalmente. Posizione Laterale di Sicurezza. Esercitazioni pratiche.
L'infortunato incosciente che non respira o non respira normalmente.
Cellule, tessuti, organi, apparati. La vita delle cellule; le funzioni delle cellule (produzione di energia, processi di sintesi). La respirazione cellulare.

Cenni di anatomia e fisiologia dell'Apparato Respiratorio

La Respirazione polmonare.
Il "triangolo della vita".
La Rianimazione Cardio-Polmonare (RCP): tecnica della Respirazione Artificiale; tecnica del Massaggio Cardiaco.
B.L.S. nell'adulto 1) in caso di arresto cardiaco primario 2) in caso di arresto respiratorio primario.
B.L.S. pediatrico.
Esercitazioni pratiche: RCP a 1 Soccorritore - RCP a 2 Soccorritori.
Manovra di prono-supinazione (come portare in posizione supina un infortunato prono).
Cause di arresto respiratorio.
Ostruzione delle vie aeree da corpo estraneo. Manovre di disostruzione nell'adulto e nel bambino. Esercitazioni pratiche.
Annegamento, folgorazione, avvelenamenti da farmaci, alcool, droghe intossicazione da aria alterata, arresto respiratorio conseguente ad arresto cardiaco primario.

Cenni di anatomia e fisiologia dell' **Apparato Cardio-Circolatorio**.

La pressione sanguigna, i polsi arteriosi.

Composizione del sangue, gruppi sanguigni.

Emorragie esterne, interne ed esterizzate.

Tamponamento; punti di compressione a distanza; uso del laccio emostatico.

La terapia trasfusionale. La donazione del sangue, l'importanza dell'autosufficienza trasfusionale, la donazione del sangue come prevenzione per il donatore (dislipidemie, HIV, HCV, ecc.).

Lo shock.

Apparato Tegumentario (cenni).

Le ferite.

Medicazione delle ferite. Vari tipi di bendaggio.

Complicanze delle ferite.

Il tetano; vaccinazione, sieroprofilassi.

Le ustioni. Primo soccorso di un ustionato grave.

Congelamenti.

Cenni di anatomia dell' **Apparato Locomotore**.

Le fratture.

Primo Soccorso del fratturato. Metodi di immobilizzazione di fortuna per sospette lesioni agli arti superiori, inferiori, al torace.

Distorsioni, lussazioni.

Crampi muscolari, strappi, stiramenti, sindrome da schiacciamento (cenni).

Cenni di anatomia e fisiologia del **Sistema Nervoso**.

Traumi cranici: lesioni esterne (frattura cranica); lesioni interne (commozione cerebrale, contusione cerebrale, compressione cerebrale).

Traumi vertebrali. Sospetta frattura di colonna vertebrale. Comportamento del Primo Soccorritore.

Perdite di coscienza-malori:

- Lipotimia, sincope, collasso cardio-circolatorio.

- Congestione cerebrale, ictus cerebrale.

- Epilessia, isterismo, convulsioni febbrili.

- Colpo di sole, colpo di calore, assideramento.

- Il coma diabetico (cenni sulla malattia diabetica).

- Infarto del miocardio, angina pectoris (ipertensione, arterio-aterosclerosi).

- Edema polmonare acuto.

I Nutrienti (cenni).

Cenni di anatomia e fisiologia dell' **Apparato Digerente**.

Avvelenamenti.

Intossicazioni alimentari.

Coliche addominali.

Alcoolismo acuto e cronico. Intossicazione da oppiacei (concetto di dipendenza, assuefazione, overdose, sindrome da astinenza).

Cenni di anatomia e fisiologia **Apparato Uro-Genitale**.

Il parto (cenni).

Corpi estranei.

Allegato n.13 alla Delibera del Consiglio Direttivo Nazionale C.R.I.
n.**282/07** del **24 NOV 2007**

Punture di insetti.

Morsi di animali.

Aspetti legali del soccorso.

Visita dell'ambulanza; esame delle attrezzature e dei presidi di soccorso qualificato.

Questi Programmi sono stati approvati dal Comitato Tecnico per l'Educazione Sanitaria nella riunione svoltasi il 9 Ottobre 2007 nella Sala del Consiglio presso il Comitato Centrale CRI –Roma.

Il Segretario
(C. Di Gasbarro)

Il Presidente
(A. Tos Ricci)