

Guía



**DEPARTAMENTO DE JOVENES
UNION
CENTROAMERICANA**



GUIA

CUADERNO DE TRABAJO

Datos personales

Nombre:

Dirección:

Club de:

Iglesia:



GENERALES



1

Tener y/o estar en el primer grado de preparatoria.

Anota tu edad y fecha de nacimiento	Anota tu grado escolar que cursas
-------------------------------------	-----------------------------------

2

Saber y entender la Legión de Honor de los Jóvenes Adventistas

- a) Aprender de memoria el pacto de la **LEGION DE HONOR DE LOS JOVENES ADVENTISTAS:**

“Me ofrezco ahora para unirme a la LEGION DE HONOR DE JA y por la gracia y el poder de Dios prometo:

HONRAR A CRISTO en lo que escoja **VER**
 HONRAR A CRISTO en lo que escoja **OIR**
 HONRAR A CRISTO en los lugares adonde escoja **IR**
 HONRAR A CRISTO en la selección de mis **COMPAÑEROS**
 HONRAR A CRISTO en la selección de mis **PALABRAS Y PENSAMIENTOS**
 HONRAR A CRISTO en el cuidado esmerado del **TEMPLO DE MI CUERPO**



DESCUBRIMIENTO ESPIRITUAL



1. Discutir cómo puede el cristiano llegar a poseer los **frutos del Espíritu** según lo describe Pablo en su carta a los Gálatas. (Lee Gálatas 5:13-26, y contesta los siguientes)

<p>a. Escribe los frutos de la carne</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14. 15. 16. 17. 	<p>b. Escribe los frutos del Espíritu</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9.
---	--

c. Discute con tus compañeros como puede el cristiano poseer esos dones y escribe las conclusiones del grupo (leer la alegoría El jardín del Rey, Manual para dirigentes de conquistadores adolescentes, p. 269-272)



2

Contesta las siguientes preguntas basadas en el audiovisual sobre el servicio del Santuario según se registra en el Antiguo Testamento, y comenta como enfoca el sacrificio en la cruz y el ministerio personal de Jesús (manual para dirigentes de conquistadores adolescentes)

a. Cuestionario

¿En que se le dieron a Moisés las instrucciones para la edificación del santuario? P. 275

¿Cuáles eran las partes en las que se divide el santuario? P. 276

¿Qué era el mobiliario del Lugar Santo? P. 276

¿Qué mueble se encontraba en el Lugar Santísimo?

¿Quiénes dirigían los servicios del santuario? P. 275

¿Cuántas clases de servicios se llevaba a cabo en el santuario? P. 278

¿Cuántas veces al año se llevaba a cabo la purificación del santuario? P.278

¿Con que nombre era conocido ese día de purificación? P. 278



¿En qué fecha comenzó Jesús su obra sacerdotal en el lugar Santo del Santuario Celestial?

¿En qué fecha Jesús entro al Lugar Santísimo para la purificación del Santuario Celestial?

B Relaciona los siguientes símbolos con su significado (traza una raya de unión)

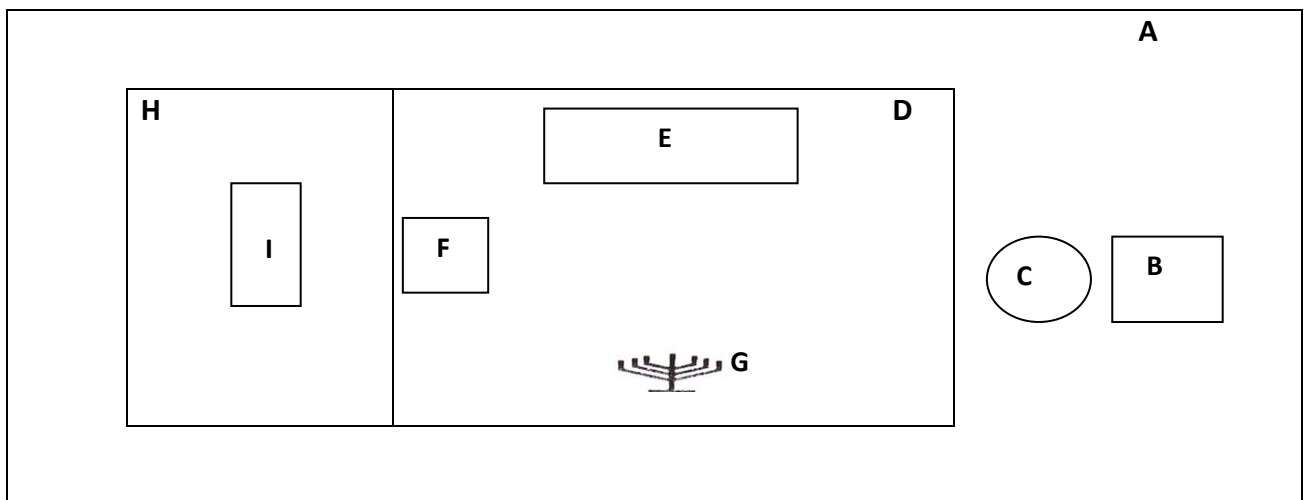
SIMBOLO

- Cordero
- Fuente del lavamiento
- Candelero
- Pan de la Purificación
- Altar del incienso
- Sacerdote
- Propiciatorio

JESUS ES PARA NOSOTROS

- El agua de la vida
- El pan de vida
- Intercesor
- Nuestro sacerdote
- La cubierta de nuestros pecados
- El sacrificio por nuestros pecados
- La luz del mundo

C Escribe en los siguientes incisos la letra que le corresponde según muestra el diagrama.



- () ALTAR DE LAS OFRENDAS QUEMADAS
- () FUENTE DE LAVAMIENTO
- () CANDELERO DE ORO
- () ALTAR DEL INCIENSO
- () MESA DE LOS PANES
- () ARCA DEL PACTO
- () ATRIO
- () LUGAR SANTO
- () LUGAR SANTISIMO



3

Por medio del estudio personal y de la discusión en grupo, familiarizarse con el énfasis que la Biblia da a la mayordomía del tiempo, de la salud y de las posiciones.

Lee los siguientes textos y ubícalos dentro del cuadro que corresponda. Después haz un breve comentario de lo que te enseñan en cuanto a la **mayordomía del tiempo, la** (1 Crónicas 29:14; salmos 24:1; 55:22; Malaquías 3:8-12; Mateo 6: 19-21, 24-33; 25:14-30; Lucas 19:12-26; 2 corintios 6-9; Filipenses 4:6) Escribe tus comentarios:

Mayordomía del tiempo

Textos:

Comentarios:

Mayordomía de la salud

Textos:

Comentarios:



Mayordomía de los recursos

Textos:

Comentarios:



Tener un certificado vigente de **Gemas Bíblicas**.

Escoge y aprende un versículo de cada grupo (diferentes de los que ya aprendiste)
Subráyalos una vez que los aprendas. Puedes proponer tus propias Gemas.

Doctrina	Importantes	Salvación	Oración
1. Juan 14:1-3 2. Hebreos 11:1,6 3. Apoc. 14:6-10 4.	1. Éxodo 20:3-17 2. Eclesiastés 12:1 3. Salmos 21:10 4.	1. Efesios 2:8,9 2. Juan 3:16 3. Hebreos 4:15,16 4.	1. Mateo 6:9-13 2. Jeremías 33:3 3. Salmo 86: 6,7 4.
Fidelidad	Conducta	Promesas/ Alabanzas	Amor de Dios
1. Mateo:5 16 2. Juan 8:51 3. Josué 24:15 4.	1. 2 Timoteo 2:15 2. Proverbios 4:18 3. 2 Timoteo 4:7,8 4.	1. Salmos 1 2. Salmos 23 3. Salmos 91 4.	1. Jeremías 31:3 2. 1 Pedro 2: 9,10 3. 1ª Juan 3:2,3



ALCANCE A LA COMUNIDAD



1

Ayudar a organizar y participar en un grupo o en forma individual en una de las siguientes actividades:

- a) Visitar a unas personas que este confinada.
- b) Adoptar a una persona o familia necesitada y ayudarlos.
- c) Cualquier otra actividad de alcance que prefiera y que sea aprobada por su consejero.

Describe aquí la actividad realizada:

Fecha:



2

Participar con el grupo en un intercambio de ideas de cómo testificar a otros jovencitos.

a. ¿Qué papel juega la manera como vives en la testificación?

b. Algunos métodos que los jóvenes como yo pueden usar **para testificar son:**



c. Autoanálisis. ¿Qué cosas debo vencer a fin de poder dar un estudio bíblico a un amigo?

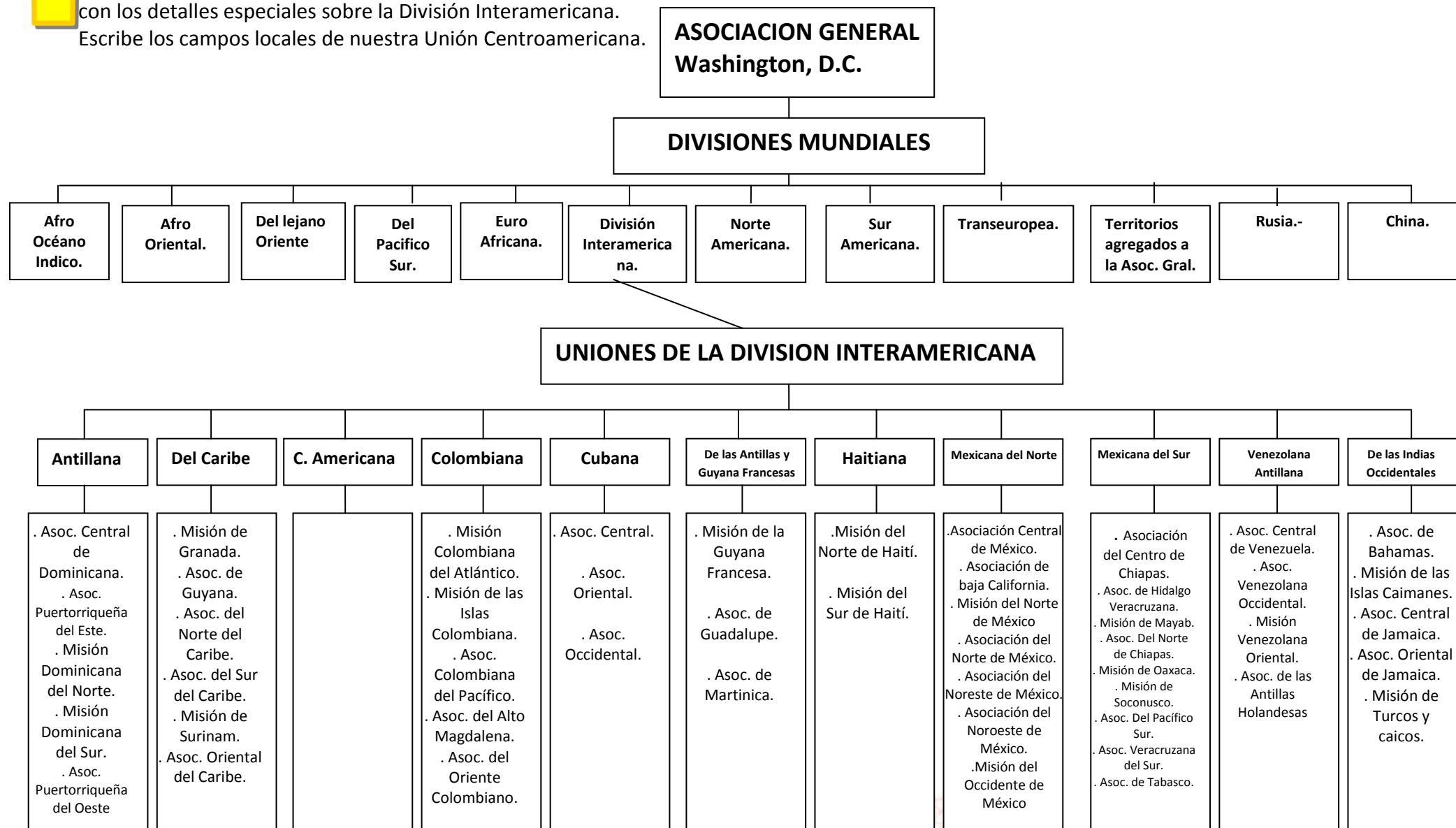
d. ¿Qué es un cartero Misionero?



LA VIDA EN LA IGLESIA

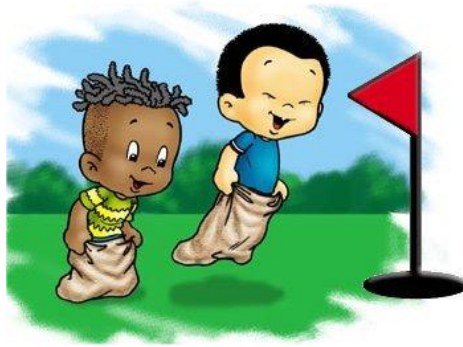
1

Considerar el diagrama denominacional de la Organización con los detalles especiales sobre la División Interamericana. Escribe los campos locales de nuestra Unión Centroamericana.



2

Planear una **actividad social** para el grupo por lo menos una vez al TRIMESTE durante tres trimestres



(Escribe en los espacios una breve de los planes y la fecha)

1ª actividad:

Fecha:

2ª actividad

Fecha:

3ª actividad:

Fecha:



HISTORIA DENOMINACIONAL



1

Trazar el **Desarrollo de la Iglesia Adventista** en la División Interamericana. (Manual para dirigentes de conquistadores adolescentes, páginas 301-311)

- A. ¿Quién envió varios paquetes de literatura a las Antillas desde Inglaterra?
- B. Henry Williams fue un jamaquino que recibió los paquetes, ¿sobre que hablaba el primer tratado que leyó?
- C. ¿Qué otro personaje que leyó los tratados repartidos por Williams llegó a ser pastor de Haití?
- D. ¿En qué año hizo Jaime White una apelación a la Review and Herald para recaudar dinero para enviar misioneros al oeste de los Estados Unidos?
- E. ¿Quiénes fueron los primeros dos hombres adventistas que pusieron sus pies en las islas del Caribe?
- F. ¿En qué año fue organizada oficialmente la división Interamericana?



- G. ¿Quién fue el presidente y el secretario- tesorero de la naciente División?
- H. ¿En qué año se mudaron las oficinas de la división a la Habana, Cuba?
- I. ¿En qué año la división Interamericana llegó a ser la más grande del mundo en lo que a miembros bautizados se refiere?



Haz una breve reseña histórica de tu **iglesia local** (puedes consultar a los miembros más antiguos, a los dirigentes, al pastor o a la sección)

a. ¿Quiénes fueron los prisioneros Adventistas en la ciudad donde vives?

b. ¿En qué lugar se construyó el primer templo?

c. ¿En qué año aproximadamente comenzó la obra en la ciudad?

d. Menciona a cinco pastores que han trabajado con tu iglesia.

f. ¿Cómo comenzó la obra en tu ciudad?



DESARROLLO PERSONAL



1

Investigar sus actitudes hacia los siguientes tópicos por medio de la discusión en grupo e investigación personal.

La elección de una profesión

a. Lee las siguientes citas bíblicas donde se estimula el trabajo:

Génesis 2:15, gen 3:23, Éxodo: 20:9

b. Comente de que manera el trabajo produce oportunidades de:

Satisfacción _____

Sustento _____



Servicio _____

c. **Completa las palabras que describen las cualidades que contribuyen al éxito:**

IN _____ GRI _____

RES _____ SA _____ LI _____

ESTABILIDAD Y MADUREZ E _____ CIO _____

PER _____ VE _____ CIA

HABILIDAD DE CO _____ NI _____ CION

ACTITUD HACIA EL _____ BA _____

BUENA A _____ RIEN _____

SENTIDO DEL _____ MOR

VIDA FAMILIAR NORMAL

ELECCION SABIA DE _____ MIS _____ DES

d. Comenta con tu consejero (a) los pasos apropiados para hacer la elección de una carrera o profesión.



A. PREGUNTATE: ¿ESTOY INTERESADO (A) EN IDEAS, PERSONAS O COSAS?	CARRERAS RELACIONADAS CON LA PENSANTE:
IDEAS	
PERSONAS	
COSAS	



B. Debes escoger una carrera dentro de tus límites de educación: mientras más estudios tengas, más amplia será la selección que podrás hacer.

C. Evalúa tu potencial.

- Considera tus habilidades naturales.
- Pide consejos a tu maestro(A), a él (ella) conoce tus aptitudes.
- Asesórate con tus padres, ellos conocen tu temperamento.
- Pregunta a un amigo que conoce lo que te gusta y lo que no te gusta.
- Habla a alguien a través de quién crees que Dios te puede hablar

D. Ora acerca del asunto.

E. Mira a tu alrededor, visita, pregunta



EL ENAMORAMIENTO

a. Comenta con tus compañeros (AS) las siguientes declaraciones

Es natural que al llegar a la adolescencia los jóvenes y las señoritas se sientan atraídos física y emocionalmente. No debemos olvidar que esa atracción es dada por Dios. En el principio el Señor creo a dos seres complementarios, “varón y hembra los creo” esta atracción constituye una fuerza poderosa, pero hasta que se pueda usar en la forma correcta mediante el matrimonio, debe ser controlada debidamente.

b. Muchos jóvenes y señoritas piensan que están enamorados y entregan indebidamente sus sentimientos y emociones a otra persona. En la mayoría de las veces caen en cuenta de lo que experimentaban realmente era atracción física y no verdadero amor, lo que produce frustración y altos niveles de infidelidad. Es importante por lo tanto considerar las diferencias entre el amor y la pasión (esta segunda tiene que ver más con la atracción física que con el enamoramiento en sí)

AMOR	PASION (ATRACCION FISICA)
“El amor se desarrolla lentamente”	“La pasión de manera repentina”
“El amor no hace nada indebido”	“La pasión no tiene cuidado”
“el amor reconoce las imperfecciones”	“La pasión es ciega”
“El amor es realista”	“La pasión construye castillos en el aire”
“El amor controla el contacto físico”	“La pasión explota las caricias”
“El amor no se esconde para actuar”	“La pasión busca lugares ocultos”
“El amor ennoblece a las personas”	“La pasión las opaca ante los demás “
“El amor recibe la aprobación de todos”	“La pasión es desaprobada”



c. Por lo tanto ¿Cómo actúa un joven o una señorita enamorada?

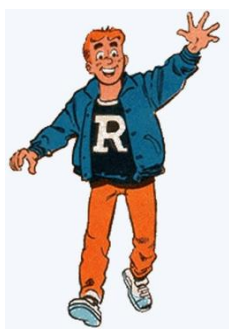


<i>El enamorado- la enamorada</i>	<i>El apasionado- la apasionada</i>
Actitudes correctas	Mucha promesas nobles pero inalcanzables.
Inicia una relación pensando en la posibilidad de un futuro matrimonio	Inicia una relación para pasar el tiempo o para que se sepa que tiene novio, “novia”
Respeto la individualidad del compañero ,la compañera	Controla las decisiones del compañero, de la compañera, le priva de sus amigos (as)
Controla el contacto físico y sus impulsos sexuales	No puede pasar mucho tiempo al lado de su compañero, sin estarse acariciando. Buscando caricias más atrevidas
Se preocupa por la buena reputación de su compañero (a)	No le preocupa manchar la imagen de alguien

d. ¿Cuándo iniciar un noviazgo?

“Cuando hay suficiente madures emocional, física, financiera”

“Cuando se tiene un trabajo formal y entradas financieras suficientes como para pensar en el matrimonio como una posibilidad”



e. La adolescencia no es un buen momento para iniciar un noviazgo porque “ Ni él ni ella pueden pensar por el momento en el matrimonio”
 “Los gustos cambian alrededor de los 19 o 20 años”

“Tienen madures física pero no madurez emocional suficiente para actuar con cordura” “No se vale jugar con los sentimientos de las personas. Las mismas palabras, las mismas promesas, se dicen a una y a otra persona”
 “La atracción física pueden hacerlos pensar que están realmente enamorados”



SALUD Y BIENESTAR FISICO



1

Presentar ante el grupo sus motivos personales que demuestren la ventaja de una vida saludable, usando materiales de apoyo de la revista ENFOQUE, MUNDO JOVEN o alguna revista de salud. Redactar y firmar un voto de dedicación personal a un estilo de vida temperante y saludable.

a. Ventajas que ofrece el vivir una vida saludable y temperante. (para presentar al grupo)

Fecha de presentación _____

Firma _____



a. Redacta tu voto

VOTO DE TEMPERACIA

FIRMA _____



2

Complementar las siguientes actividades:

- a. Escribir un poema o pequeño artículo sobre salud.



- b. Premisas basadas en el capítulo llamado “Principios Activos de una Vida Renovadora” del libro La Temperancia de Elena White, (conteste falso o verdadero)

Apreciaciones	Falso o Verdadero
1. El propósito de la temperancia es lograr que el hombre sea puesto en Relación viva con el Dios infinito.	()
2. Los hábitos que debilitan nuestras facultades físicas no tienen efecto sobre la mente.	()
3. Controlar nuestros deseos no es tan importante porque estamos libres de hacer lo que queremos	()
4. Satanás no tiene ningún poder sobre el hombre cuando este tiene el valor moral de decir “NO”	()
5. Los que acuden sinceramente a Dios pidiéndole ayuda para vencer el hábito de fumar la recibirán.	()
6. Dios ha prometido una salida a todo el que quiera librarse de la tentación	()
7. Hay muchos y variados remedios para el problema del pecado que aqueja a la humanidad	()
8. Las buenas resoluciones que tomamos confiados en nuestras propias fuerzas no sirven de nada	()
9. Dios no requiere perfecta obediencia porque El sabe que somos pecadores y no podemos obedecer	()
10. Cuando nos sentimos desanimados no debemos orar. Debemos esperar hasta sentirnos mejor.	()
11. La salud física mejora al comprender que tenemos seguridad en Cristo nuestro Señor.	()
12. Es imposible presentar nuestros cuerpos a Dios en forma aceptable si seguimos complaciendo hábitos intemperantes	()
13. No podemos vencer la tentación por nosotros mismos, necesitamos la ayuda de un poder superior al nuestro.	()
14. Obtendremos la victoria principalmente como resultado de nuestros propios esfuerzos.	()
15. Algunos creen que no pueden resistir el mal y que siempre estarán cediendo a sus insinuaciones.	()
16. Todo el que une su voluntad a la voluntad de Dios podrá vencer hábitos como fumar, beber, etc.	()
17. Hasta el más débil pedido de auxilio es escuchado por Dios en las cortes Celestiales.	()
18. La ignorancia de las leyes de salud pueden conducir al hábito de la bebida.	()
19. Era imposible para el hombre resistir las tentaciones de Satanás fuera del Edén.	()
20. Cristo rehusó a sanar a algunas personas que habían atraído la enfermedad sobre sí mismas.	()





1

Pernoctar dos noches en un campamento. Discutir la clase de equipo que necesitan llevar.

a.	Anota la fecha y el lugar en que acampaste
b.	Escribe una lista del equipo necesario
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	



2

Planear y cocinar al aire libre en forma satisfactoria tres diferentes platillos (*escribe el nombre de los platillos, sus ingredientes y forma de preparación*)



a. Describa los platillos incluyendo sus ingredientes.

<p>PRIMER PLATILLO</p>
<p>SEGUNDO PLATILLO</p>
<p>TERCER PLATILLO</p>

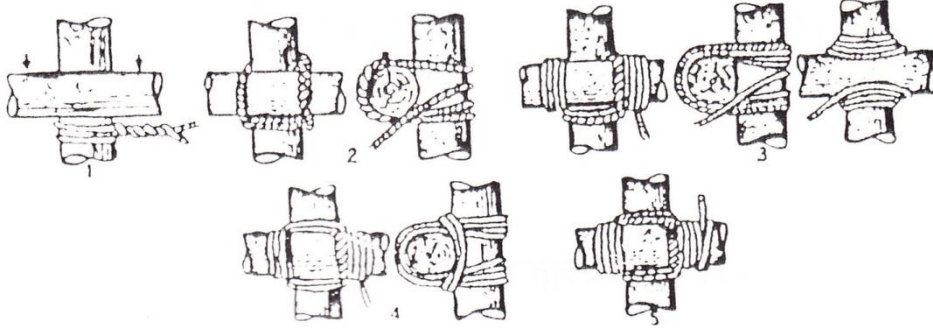


3

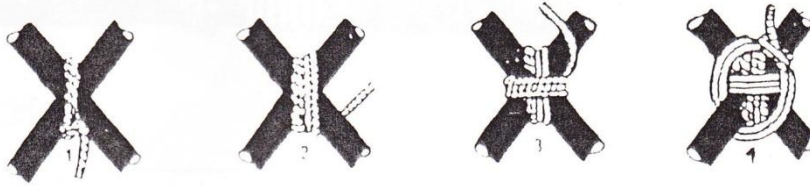
Construir un **objeto con cuerdas y amarras**, como un puente, una torre, etc.

a. Repasando las amarras

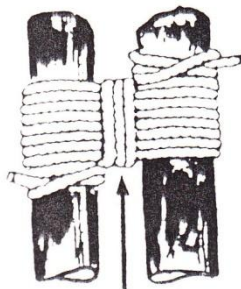
AMARRA LLANA



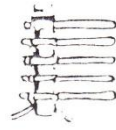
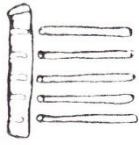
AMARRA DIAGONAL



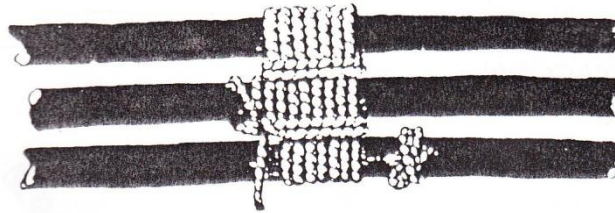
AMARRA CIRCULAR



AMARRA CONTINUA



AMARRA CON FIGURA DE OCHO



B. dibuja a continuación el objeto que hiciste

Firma _____



4

Completar una **especialidad** que no haya hecho anteriormente y que cuente hacia la Maestría en Artes Recreativas o de Naturaleza.

Especialidad

Fecha

Breve resumen de lo que trata la especialidad



5

Pasar el examen de primeros auxilios para guía (C.R.P. EMERGENCIA DIABETICAS- TRANSPORTACIONES DE LOS LESIONADOS)

NOTA: requiere la ayuda de un instructor capacitado

Fecha de aprobación:

Firma del Instructor:



RESUCITACION CARDIOPULMONAR (C.P.R)

Nota: Requiere la ayuda de un instructor capacitado

ATAQUE CARDIACO

1

Definición:

Este sucede cuando uno o mas conductos sanguíneos que suministran sangre no llega a alimentar esa sección del corazón y por consiguiente las células empiezan a morir, y el corazón bombea apropiadamente la sangre porque parte de on no bombea apropiadamente a la sangre porque parte de el empieza a morir.

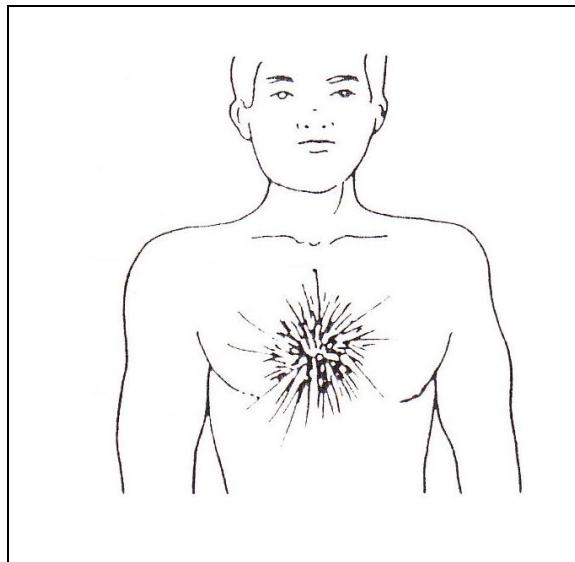
Cuando el corazón deja de funcionar la victima esta en paro cardiaco y aquí se debe implementar el C.P.R= Resucitación- Cardiaco- Pulmonar.

2

Signos y Síntomas

- A. El signo más distintivo de ataque cardiaco es dolor en el pecho, sensación de haber sido golpeado, estos dolores se sentirán en el tórax.
- B. Falta de aliento (sofocación)

Muchas víctimas no quieren admitir que tal vez estén propensos a un ataque cardiaco y por consiguiente a un paro cardiaco. Esta negación entorpece la ayuda médica cuando más se necesite.(ver figura)



3 Primeros auxilios para ataque cardiaco

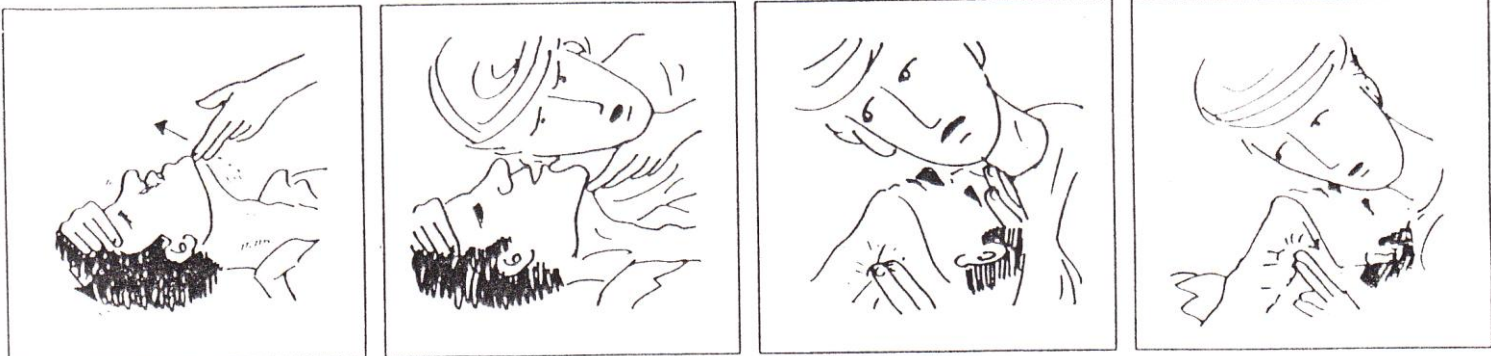
- a. **Reconozca el signo y síntoma de ataque y auxilie a la victima**
- b. **Evite que la persona haga alguna actividad o si estaba ocupada.** Que pare de trabajar, proceda a recostarla o sentarla para que este confortable, afloje la ropa y no deje que la victima realice actividades.
- c. **Rápidamente mande llamar a los servicios médicos profesionales.** Si usted está solo haga la llamada pero que sea breve.
- d. **Después de haber hecho esto o mientras esto sucede haga preguntas sobre la condición del paciente.** Puede preguntarle directamente al paciente y/o familiares.

Pregunte lo siguiente:

- a) Nombre de la victima
- b) Edad de la victima
- c) Pregunte si ha tenido problemas médicos anteriormente
- d) Es primera vez que le sucede
- e) Donde le duele y cuanto tiempo lleva con el dolor
- f) De qué tipo es el dolor (pesado, sofocante, cortante, aplastante)

NOTA: si al terminar la entrevista la situación empeora, tendrá que comenzar el A-B-C y posteriormente C.P.R

A-B-C DE LOS PRIMEROS AUXILIO (Abrir vías respiratorias, revisar respiración, revisar circulación sanguínea)



4

Primeros auxilios para paro cardiaco.

A. cuando el corazón se para. Usted debe comenzar el C.P.R cardio= por el corazón, pulmonar= por los pulmones; así como la palabra lo indica es la

b. EL C.P.R tiene dos propósitos:

- a. Mantener a los pulmones provistos de oxígeno cuando la respiración ha cesado.
- b. Mantener la circulación sangre y por consiguiente el suministro de oxígeno al cerebro y otras partes del cuerpo.

Nota: EL C.P.R debe ser iniciado inmediatamente ya que las neuronas del cerebro empezaran a morir después de los primeros seis minutos del incidente. El cerebro pierde oxígeno poco a poco debido al paro de circulación sanguínea.

5

Técnica del C.P.R

Para saber si una persona necesita C.P.R usted hará una revisión primaria de la víctima (A-B-C de los primeros auxilios). Después de esto se debe hacer lo siguiente:

- a. Trate de despertarlo
- b. Coloque a la persona boca arriba
- c. Abra vías respiratorias
- d. Observe, escuche y sienta la respiración
- e. Si la persona no está respirando de dos ventilaciones fuertes en la boca
- f. Revise el pulso (arteria carótida)
- g. Colóquese a un lado de la víctima si aun no responde, inclínese y coloque sus manos en la posición para aplicar las compresiones, estas solo deben ser aplicadas cuando la víctima no posea circulación (pulso)
- h. Para empezar las compresiones localice el hueso xifoides el cual se encuentra al final del esternón. Esto lo hará siguiendo los bordes de las últimas costillas hacia dentro del cuerpo (parte media de la caja torácica). Al ser localizado este coloque sus dedos índice y cordial hacia la parte superior del final del esternón. Una vez hecho esto, coloque por arriba de estos dedos la punta de la palma de la mano. La posición directa debe ser demostrada por el instructor en clase. Al colocar debidamente sus manos comenzaran las compresiones como se demuestre en clase.



- i. **Si usted es solo un auxiliador comenzara la técnica dando quince compresiones en el pecho con una profundidad aproximada de una y media a dos pulgadas a un ritmo de 80 a 100 compresiones por minuto, y con un tono normal de voz, contara del uno al quince después dará dos ventilaciones y volverá a dar las compresiones hasta completar los primeros auxilios tres ciclos, después de hecho esto pare brevemente (quince a treinta segundos) revise el pulso y pida ayuda.**
- j. **Si aun la persona no se ha restablecido, vuelva a dar dos ventilaciones.** Continúe las compresiones, haga esto durante quince minutos y vuelva a revisar pulso y respiración.
- k. **Si usted está acompañado por una persona que se debe aplicar el C.P.R o esta se presenta, forme un equipo de trabajo estableciendo quien dará las compresiones y quien las ventilaciones. Realice esta operación sin interrumpir el C.P.R.**
- l. **Procedimiento para trabajar en equipo de dos personas.**
Utilice la siguiente técnica; de dos ventilaciones iniciales y cinco compresiones de igual profundidad la cual ya habíamos mencionado anteriormente.
- m. **Una vez comenzada esta técnica, las ventilaciones siguientes serán por cada cinco compresiones, y así sucesivamente.**
- n. **Seguirá el mismo procedimiento después de varios minutos.** Revisar pulso y respiración si no hay respuesta en la victima continúe aplicando el C.P.R por equipo.
- o. **Si la persona que inicialmente aplica las compresiones se siente agotado realizaran un cambio.**
La persona que aplicaba las ventilaciones pasara a dar las compresiones, esto se lleva a cabo de la siguiente manera.
 - A) La persona que aplica las compresiones lleva el mando y control de la técnica por medio del conteo con un tono de voz bajo por consiguiente audible para su pareja.
 - B) La persona que aplica las compresiones establecerá el siguiente orden para el cambio, contra uno, cambio, en, siguiente, vez, su pareja al escuchar esto sabrá de su pareja está cansado y procederá a dar la siguiente ventilación, hecho una vez estos se cambiaran (la persona que aplicaba las ventilaciones, pasa a dar las compresiones), el cambio podrá ser pedido por la persona que lleva el mando (ya indicamos que persona es).
- p. **Si la víctima se recupera, monitoree el A.B.C y espere a los servicios médicos profesionales.** Si la víctima no se ha recuperado continúe aplicando el C.P.R por varios minutos más.



Nota: Una vez que usted ha comenzado a dar el C.P.R no pierda tiempo y dedíquese exclusivamente a atender al paciente, el máximo de tiempo que usted pueda proceder son 30 segundos y este será empleado para pedir ayuda.

*Ver secuencia de figuras para la técnica del C.P.R de la 53 a la 60 en la siguiente pagina.

Dele la vuelta a la víctima y colóquela sobre su espalda, enderece la piernas y acomódele los brazos y manos, trate de que la víctima quede lo mas derecho posible, tal como se aprecia en la figura.

53A

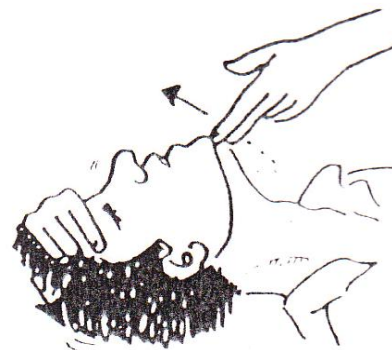


53B



Abrir vías respiratorias, coloque una de sus manos en la frente del paciente, con los dedos índice o cordial de la otra mano, levante la quijada como se aprecia en la figura.

54A



Revise la respiración. Mantenga la vía del aire abierta como se demostró en la figura anterior. Coloque su oído por encima de la boca y nariz del paciente y trate de escuchar la entrada y salida de aire. Así mismo con su vista revise que el pecho suba y baje, si su cede esto y escucho la entrada y salida del aire es que hay respiración.

54B



Dar dos ventilaciones iniciales, cada ventilación debe durar de 1 a 1/2 mientras hace esto revise que el pecho se levanta o suba.



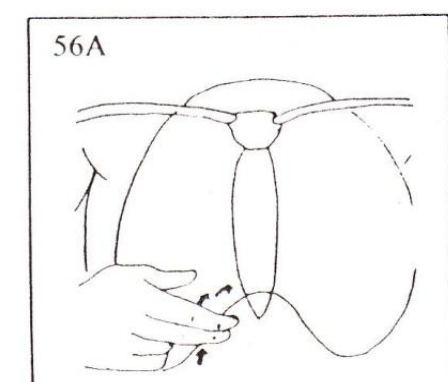
Revise el pulso, mantenga la cabeza levantada y localice la manzana de Adán con su dedo y cordial.



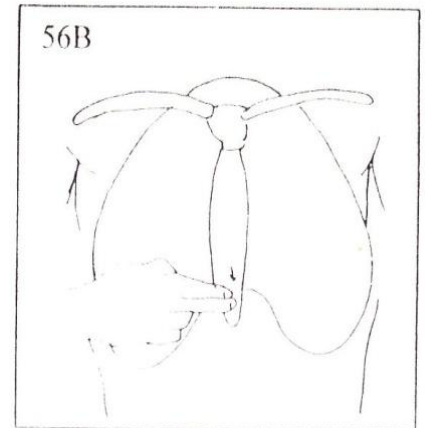
Deslice los dedos antes mencionados hacia el lado izquierdo del cuello y revise el pulso de 5 a 10 segundos.



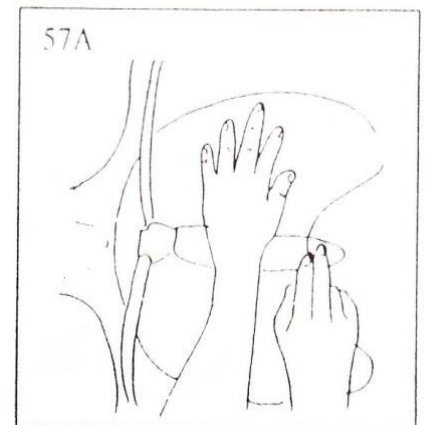
Localizando el punto de comprensión, gira el borde de la última costilla, hacia la parte media del cuerpo y encontrara el hueso xifoides.



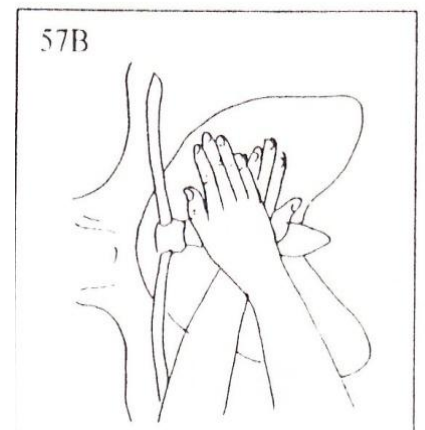
Una vez localizado el hueso xifoides, coloque su dedo índice y cordial por encima de este hacia la parte superior del cuerpo.



Coloque la punta de la palma de la mano por encima del dedo índice y cordial como se aprecia en la figura.



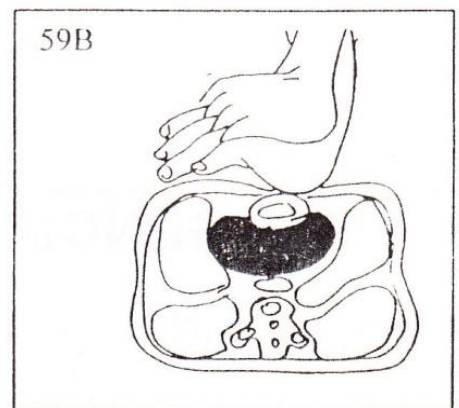
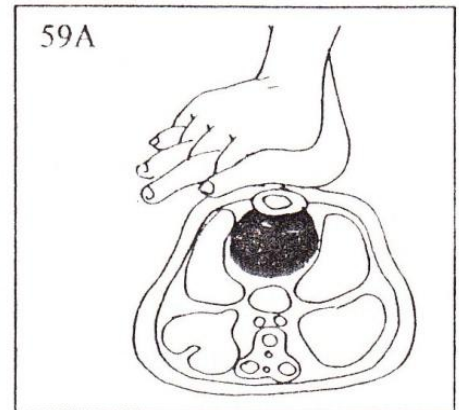
Una vez colocada la palma de la mano sobre el esternón coloque su otra mano encima de la primera, mantenga sus dedos libres del pecho de la víctima.



La posición correcta para aplicar las compresiones es manteniendo codos y brazos (rectos) y aplique fuerza con su cuerpo.



Aplique 15 compresiones sobre el esternón con una oportunidad de 1 ½ a 2 pulgadas a un ritmo de 80 a 100 compresiones por minuto. Si usted está solo contara con un tono de voz baja del 1 al 15, si usted trabaja en equipo del 1 al 5. Observe la posición de las manos en las figuras 59 A Y 59



Si después de tres ciclos completos el paciente o la víctima no se ha restablecido debería usted iniciar todo el procedimiento paso a paso como se mostro en las figuras anteriores y como la muestra la presente (abrir vías respiratorias)

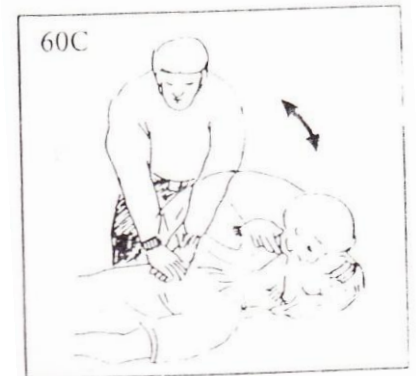


De dos ventilaciones fuertes.



Aplique las compresiones y dele las ventilaciones como anteriormente se especifico (individual o por equipo)

Nota: a: recuerde que una vez iniciado el C.P.R este no se debe de interrumpir salvo las excepciones que anteriormente se habían especificado.



EMERGENCIA DEABETICAS

1

Definición

Para mantener la vida, la sangre transporta azúcar como nutriente a las células del cuerpo. La insulina es una hormona que ayuda al cuerpo a usa azúcar. Cuando la insulina no es suficiente las células del cuerpo no reciben los nutrientes adecuados y da por resultado la diabetes.

Las personas con diabetes mantienen su condición bajo control tomando medicamentos y regulando su dieta de actividades.

A las personas con diabetes les ocurren dos tipos de emergencias: el shock de insulina y la coma diabética.

2

Shock de insulina

Este ocurre cuando existe demasiada insulina en el cuerpo. El exceso de insulina reduce rápidamente el nivel de azúcar en la sangre, y por consiguiente las neuronas (células del cerebro) sufre. Esto puede ser causado por una sobredosis medicamentosa, por no comer, por llevar a cabo un trabajo (ejercicio) extenuantemente y por factores emocionales.

3

Coma diabético

Este existe cuando ocurre demasiada azúcar y poca insulina en la sangre, por consiguiente, las células del cuerpo no reciben el cuidado adecuado. El coma diabético puede se provocado por comer demasiada azúcar, por no tomar el medicamento prescrito, stress y por infección.



4

Signos y síntomas

A. Shock Insulinico

Respiración agitada, pulso rápido, mareos, debilidad corporal, cambios en el nivel de conciencia, visión borrosa, sudoración, dolor de cabeza y apetito.

B. Coma dietético

Este se desarrolla más lentamente que el shock de insulina, algunas veces tarda días, signos y síntomas incluyen somnolencia y confusión y respiración profunda pero rápida sed, deshidratación, temperatura, cambios en el nivel del comportamiento, y un aliento muy peculiar con olor a frutas o dulces.

Nota: además de conocer los siguientes signos y síntomas antes descritos, usted debe preguntar a la persona si está consciente de lo siguiente: ¿ha comido el día de hoy?, ¿Ha tomado su medicamento el día de hoy?

Alguien que ha comido, pero no ha tomado su medicamento, puedes estar en coma diabético.

Alguien que no comido pero que ha tomado su medicamento, puede estar en shock insulinico.

5

Primeros auxilios

En una emergencia diabética, es posible confundir los signos y síntomas de shock de insulina y de coma diabético. El shock de insulina es una verdadera emergencia que requiere una respuesta inmediata, dele a una persona consciente dulce, fruta, jugo q contenga azúcar y-o azúcar, esto pondrá rápidamente azúcar en la sangre y ayudara a la persona con shock de insulina, en caso contrario a shock el azúcar no le causara daño alguno.

a. Si la persona está consciente revise el A-B-C y pida una ambulancia.

Una persona en coma diabético también necesita transporte por consiguiente revise/monitorees el A.B.C

TRANSPORTACION DE LOS LESIONADOS

1

Qué hacer

a. Antes de transportar a cualquier persona enferma o lesionada.

- Las hemorragias deben ser controladas
- La respiración deben ser establecida
- Las fracturas deben ser entablilladas
- El estado de shock debe ser tratado
- Todos los demás métodos salvavidas deben de completarse



- b. Determine cuidadosamente el tipo y la seriedad de las lesiones, y la condición de la persona lesionada.
- c. De un tratamiento completo de emergencia antes de mover al lesionado
- d. Sea cuidadosa al amover a la persona lesionada. Tenga ayuda suficiente para asegurar una transportación con seguridad
- e. Siempre lleve a la camilla a la persona lesionada, no la persona a la camilla
- f. Las camillas deben ser usadas para las personas más seriamente lesionadas y para transportar lesionados por largas distancias.
- g. Este seguro de que la persona no resbalara o se caerá de la camilla mientras es transportada. Correas y amarras fuertes de tela, tales como sabanas, pueden ser usadas para asegurar a la persona en la camilla.
- h. Es mejor cargar entre dos y no uno solo. Esto facilita que el paciente puede ser transportado más lejos y es menos probable que fracturas y otras lesiones serias sean gravadas.
- i. Los cargados de manos no deben ser usados a menos que la persona lo necesite solamente de un poco de sostén en distancias cortas o en caso de emergencias donde una demorara puede poner en peligro la vida. Ejemplos: fuego o explosivos.

2 Transportando a personas lesionadas.

No tenga prisa en mover a una persona lesionada

Autoridades en primera ayuda informan que probablemente **se hace más daño a través de una transportación impropia de persona lesionada** que a través de cualquier otra medida de asistencia de emergencia. El peligro a causar parálisis o muerte al mover personas con lesiones de la cabeza, espalda, o cuello ha sido ya indicado. Por lo tanto, antes de considerar el mover a una persona lesionada, excepto bajo las condiciones más urgentes, tales como la exposición al fuego, usted debe de buscar cuidadosamente todas las lesiones posibles para que usted pueda saber el método correcto para transportarla.

Usted también deberá asegurarse de que las hemorragias hayan sido controladas, que la persona lesionada este respirando satisfactoriamente y que cualquier posible hueso roto haya sido entablillado, o, como el caso de fractura del cuello, o de la espalda, que haya sido debidamente sostenida.

Hasta entonces usted deberá intentar moverla.



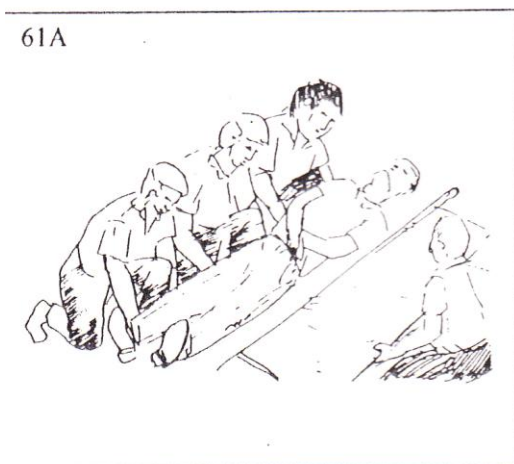
Hay muchas maneras de mover a una persona lesionada, dependiendo de la naturaleza y de la localización de las lesiones.

Algunas de las útiles se ilustran a continuación. Es importante el levantar y cargar a una persona con suavidad, moviéndola poco a poco y con cuidado, sin movimientos bruscos.

Si es absolutamente necesario el mover a una persona a un sitio seguro antes de que pueda hacerse un examen cuidadoso de las lesiones, usted debe de tratar de proteger todas las partes del cuerpo de la tensión del levantado. Un cuerpo nunca debe de ser puesto en forma de cuchilla plegadiza (levantando únicamente por la cabeza y los talones). Trate de darle sostén adecuado a cada extremidad, a la cabeza, y a la espalda, y de mantener el cuerpo entero en una línea recta.

Si usted está solo con una persona lesionada que debe ser movida y no puede cargarlo, podría arrastrarla a un sitio seguro. Ella debe ser arrastrarla en la dirección del eje largo de su cuerpo, no de lado. El peligro de lesionarla es menor si es frazada (u objeto similar) puede ser opuesto debajo de ella, cosa que pueda cabalgar en la frazada.

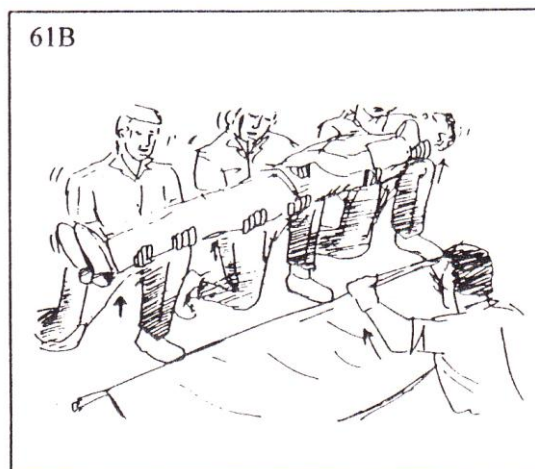
61A



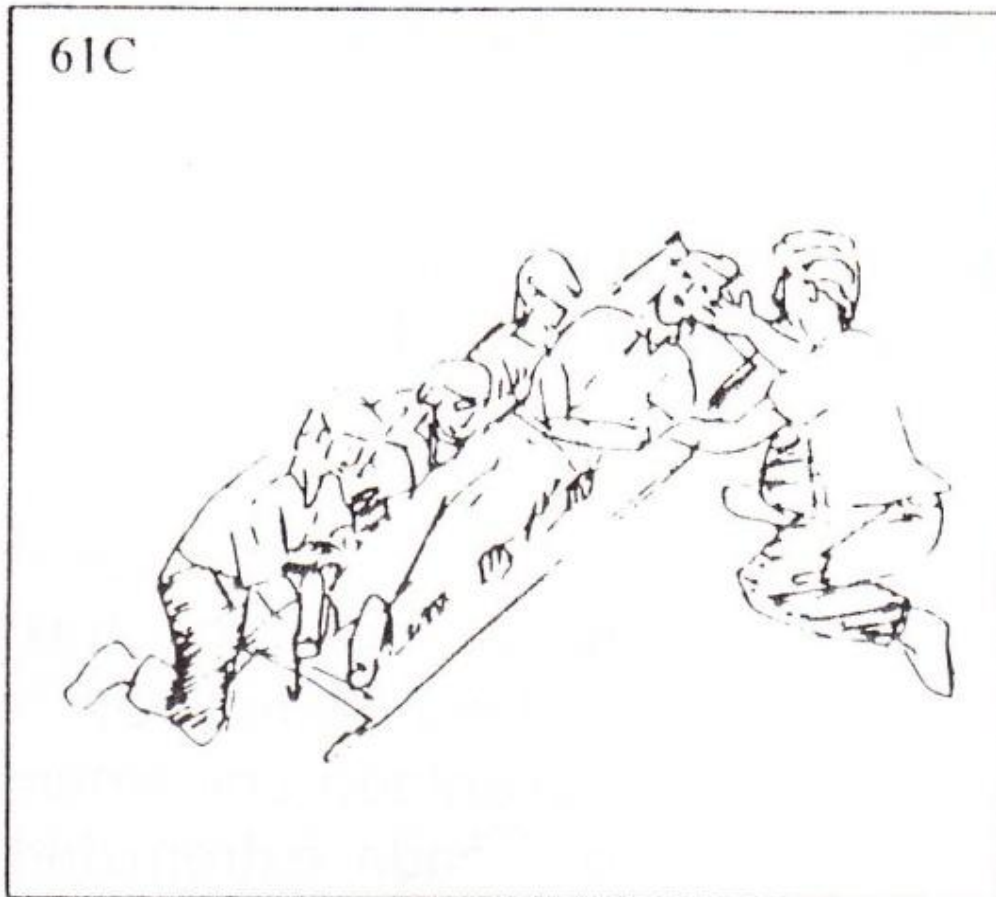
Este es el primer paso del método correcto de usar cuatro personas para cargar a una persona seriamente lesionada en una camilla. En este primer paso la cuarta persona no toca a la persona lesionada.

Las tres personas levantan ahora a la persona lesionada poco a poco y al unísono la vuelven suavemente hacia ellos sobre el lado lesionado

61B



La cuarta persona ahora pone la camilla en posición y luego ayuda a bajar a la persona sobre la camilla. Movimientos lentos y uniformes aseguran la mayor seguridad y comodidad a la persona lesionada.





COMO DIRECTOR (A) DEL CLUB DE
CONQUISTADORES CERTIFICO QUE:

HA COMPLETADO SATISFACTORIAMENTE
LOS REQUISITOS DE LA CLASE DE
GUIA

SE EXTIENDE LA PRESENTE A LOS ___ DIAS DEL
MES DE _____ DE 20___.

DIRECTOR (A) DE CONQUISTADORES

DIRECTOR DEL DEPARTAMENTO DE JOVENES



SECCION DE AVANZADOS

Se recomienda que los que quieran hacer el curso avanzado para Guías llenen los siguientes requisitos (estos puntos componen la mitad de los requisitos que se necesitan para conseguir el Medallón de Plata. Al llenar los requisitos de la clase avanzada para Viajero y Guía el conquistador estará capacitado para recibir el **medallón de plata**)

MEDALLON DE PLATA

SE DEBE OBTENER LA FIRMA DE UN INSTRUCTOR CAPACITADO.

III. Excursiones.

Realizar una de las siguientes excursiones

CLASE DE EXCURSION	DISTANCIA MINIMA	FIRMA
a. Caminata	32 kilómetros	
b. Bicicleta	113 kilómetros	
c. Canoa	48 kilómetros	
d. En caballo	65 kilómetros	

IV. Proyectos de servicio

Realizar una de las siguientes funciones de liderazgo durante un trimestre:

APOYANDO LA DIRECTIVA DE:	FIRMA
Sociedad de jóvenes	
Club de conquistadores	
Escuela sabática	
Otro:	



V. Mejoramiento Cultural

Realice una de los siguientes:

ACTIVIDADES	FIRMA
1. El arte de recibir invitados. Organizar una fiesta para la clase de Guías	
2. Equipar una casa. En equipos de dos o tres hacer una lista de lo que se necesita para equipar una casa. Ir a tiendas y buscar precios para saber cuánto se requiere para equiparla	
3. Arreglos florales y decoración. Participar en seis sesiones de instrucción de arreglos florales y hacer un álbum.	
4. Tú y tu dinero. Participar en seis sesiones de instrucción sobre asuntos de finanzas, presupuesto. Puede participar en un seminario de finanzas familiares.	



