

www.lifeguardcertifications.com
1-800-484-0419
admin@lifeguardcertifications.com

Lunes a viernes de 9:00 a. m. a 5:00 p. m., hora del Este



Certificación de Salvavidas

¡Obtenga su certificación hoy!

Todos los cursos
disponibles
en
español & inglés



¡Obtenga su certificación hoy!

**Sobre
Nosotros**





World Academy of
Safety & Health

Certificación de salvavidas

Obtenga su certificación hoy

Propósito del
curso





World Academy of
Safety & Health

Certificación de salvavidas

Obtenga su certificación hoy

Certificaciones





World Academy of
Safety & Health

Certificación de salvavidas

Obtenga su certificación hoy

¿Cómo renuevo
mi
certificación?





Certificación de salvavidas

Secciones del curso

- II. Administración del curso
 - A. Propósito del curso
 - B. Políticas de Certificación
 - C. Diseño del curso
 - D. Evaluación de los participantes

- II. Curso
 - A. Requisitos previos
 - B. Prevenciones
 - C. Reconocimiento
 - D. Responder
 - E. Instalaciones
- III. tercero Apéndices y referencias





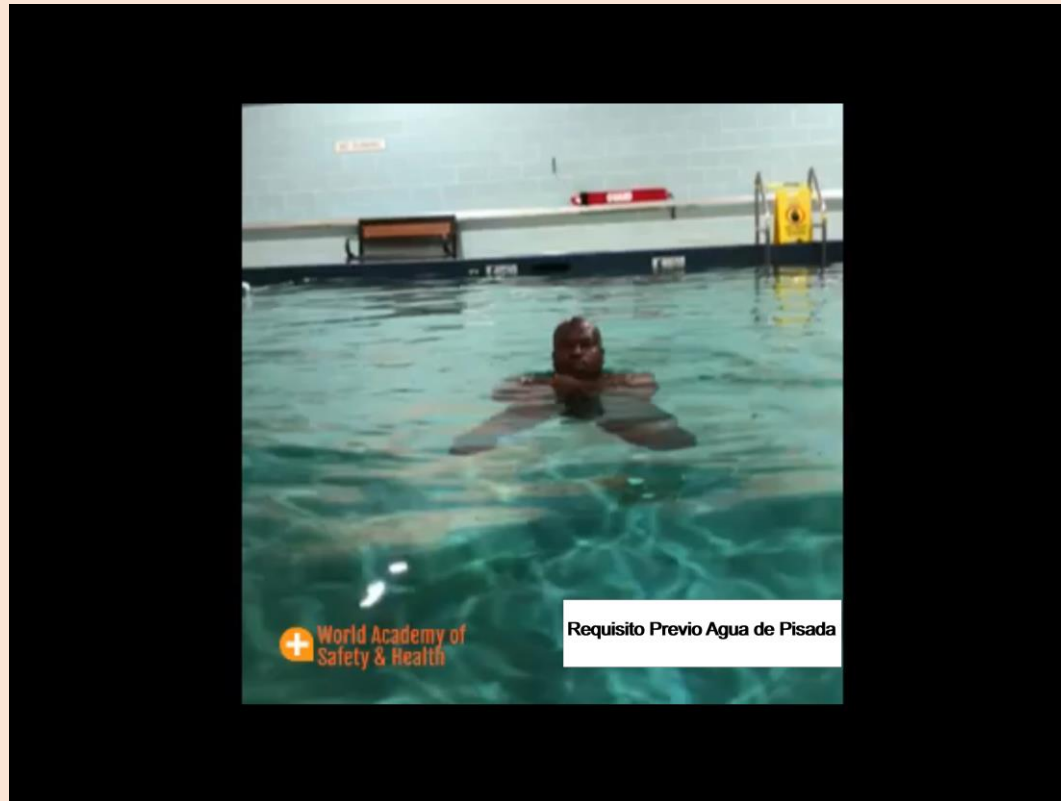
Salvavidas
Requisito previo
Habilidades

Natación de requisito previo



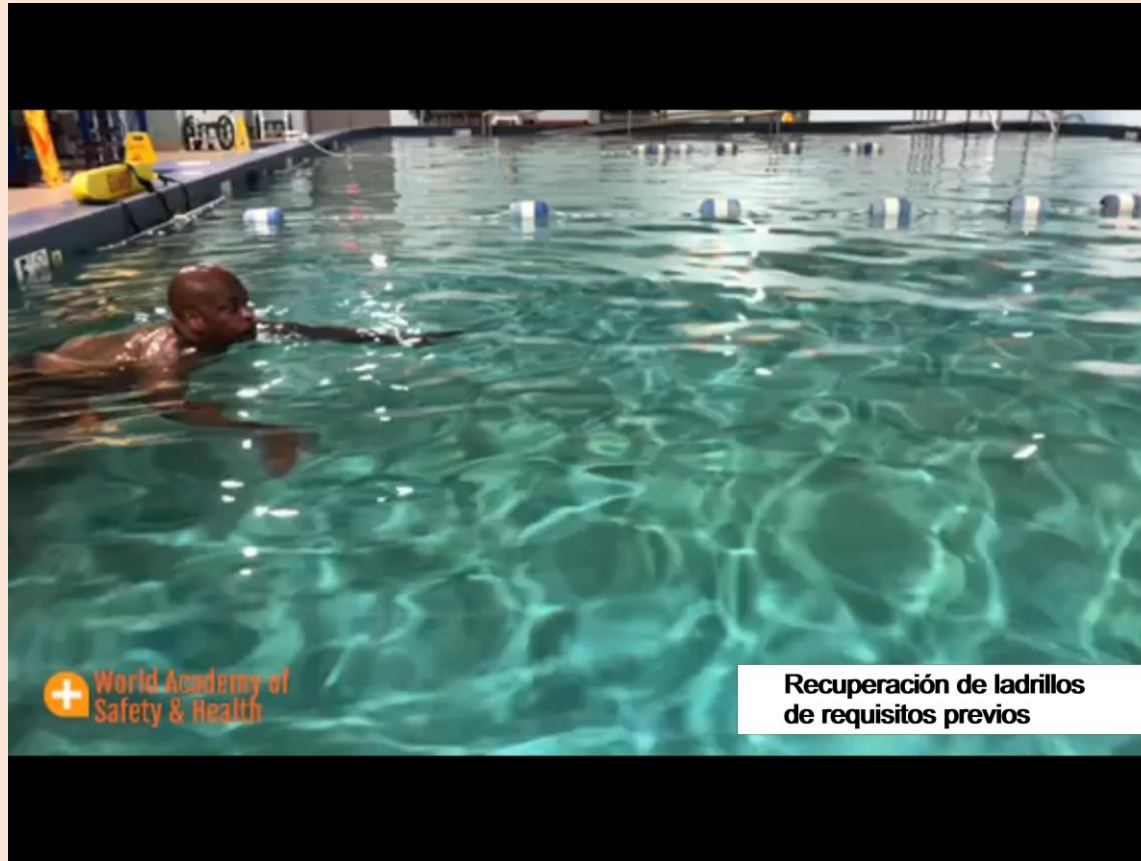
Salvavidas
Requisito previo
Habilidades

Requisito Previo Agua de Pisada



Salvavidas Requisito previo Habilidades

Recuperación de ladrillos de requisitos previos



Salvavidas Requisito previo Habilidades

Introducción a la salvavidas

La responsabilidad principal de todos los salvavidas es la seguridad y el bienestar de los clientes. A menudo, otras tareas relacionadas con las instalaciones interfieren con el trabajo de un salvavidas.

Si los socorristas son los miembros del personal responsables de mantenimiento, limpieza, verificación del estado de membresía y otros deberes, entonces esos deberes deben ser asignados a socorristas que no están en el stand y no son responsables, en ese momento, de vigilancia patronal.

El ahogamiento puede ocurrir rápidamente incluso en las aguas menos profundas. Es crucial que el socorrista permanezca vigilante y alerta durante todo su turno mientras esté en el stand y sea responsable de la vigilancia de los clientes.

Para permanecer alerta, el socorrista debe cuidarse a sí mismo. El calor, la humedad y el sol pueden afectar el cuerpo. Los salvavidas deben permanecer hidratados; vuelva a aplicar protector solar cada pocas horas; use el paraguas si es posible; y ser rotado fuera del sol cada 20-30 minutos para realizar otras tareas relacionadas con las instalaciones o, simplemente, para tomar un descanso.

Los salvavidas son la última línea de defensa en la prevención de ahogamientos. Esta responsabilidad debe ser tomada en serio por todos los que están empleados en la industria acuática.



 World Academy of
Safety & Health



La responsabilidad principal de un salvavidas es la seguridad y el bienestar de todos los clientes y nadadores.

CAPÍTULO 1

Introducción a la salvavidas

Finalmente, es fácil volverse complaciente mientras está sentado en la torre de salvavidas. Esto es particularmente cierto si ha pasado una cantidad significativa de días desde que la instalación de uno experimentó algún tipo de emergencia.

Es vital que todos los socorristas sigan 'de pie en la canoa'. En otras palabras, es fácil sentarse en una canoa y disfrutar del paseo. Se necesita un tremendo enfoque y trabajo duro para pararse en una canoa en movimiento. El salvavidas debe ejercer este mismo tipo de enfoque y trabajar duro para prestar mucha atención a lo que sucede a su alrededor y estar preparado para responder a cualquier emergencia, ya que todas las emergencias son inesperadas.



Lifeguards are the last line of defense in drowning prevention.

CAPÍTULO 1

Introducción a la salvavidas

El salvavidas profesional

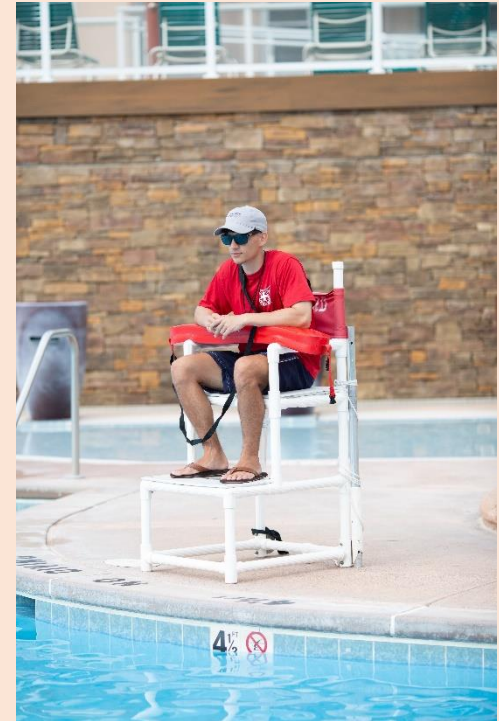
Confiado: debe confiar en su entrenamiento. Siéntase seguro durante una emergencia y use su capacitación para reconocer y responder de manera adecuada y efectiva a una emergencia acuática.

Altamente calificado: practique sus habilidades físicas de manera regular para asegurarse de que estén nítidas y que esté preparado para responder durante una emergencia acuática.

Conocedor: es crucial tener y utilizar su conocimiento para prevenir, reconocer y/o responder a una emergencia. Es responsabilidad del salvavidas reforzar y mantener su nivel de conocimiento mediante la revisión regular del contenido, la participación regular en la capacitación en servicio y la participación en repasos de pretemporada en sus instalaciones.

Confiable: comprenda las responsabilidades de su trabajo, tómelas en serio y esté dispuesto a trabajar como parte de un equipo. Sea puntual y utilice su formación para responder eficazmente a todas las emergencias.

Cortés y firme: trate a los clientes con respeto y sea cortés al hacer cumplir las normas y reglamentos para evitar accidentes. Ser cortés no debe confundirse con no ser firme con las normas y reglamentos.



Introducción a la salvavidas

Las tres "R"

Reconocer
Responder
Recuperar

Estas tres fases pueden resumir todas las acciones que debe realizar un socorrista para manejar de manera efectiva y eficiente una emergencia. Todas las acciones que un salvavidas debe tomar durante una emergencia caen bajo el amplio paraguas de las Tres "R".

La fase de RECONOCIMIENTO consta de 5 etapas:
Determinar el posicionamiento más efectivo de las estaciones de salvavidas para garantizar se puede mantener la vigilancia del cliente Usar el posicionamiento adecuado de las estaciones de salvavidas para determinar el número de socorristas necesarios
Establecimiento de las zonas de cobertura Mantener un escaneo efectivo y constante y una vigilancia de los usuarios Conocer, comprender y ser capaz de identificar adecuadamente los signos y síntomas de un nadador angustiado Esta es la fase más importante del trabajo de un socorrista. En ausencia de reconocimiento, la víctima probablemente se ahogará ya que no habrá una respuesta de emergencia.



 World Academy of
Safety & Health



Todo salvavidas siempre debe recordar las tres "R": reconocer, responder, recuperar

Introducción a la salvavidas

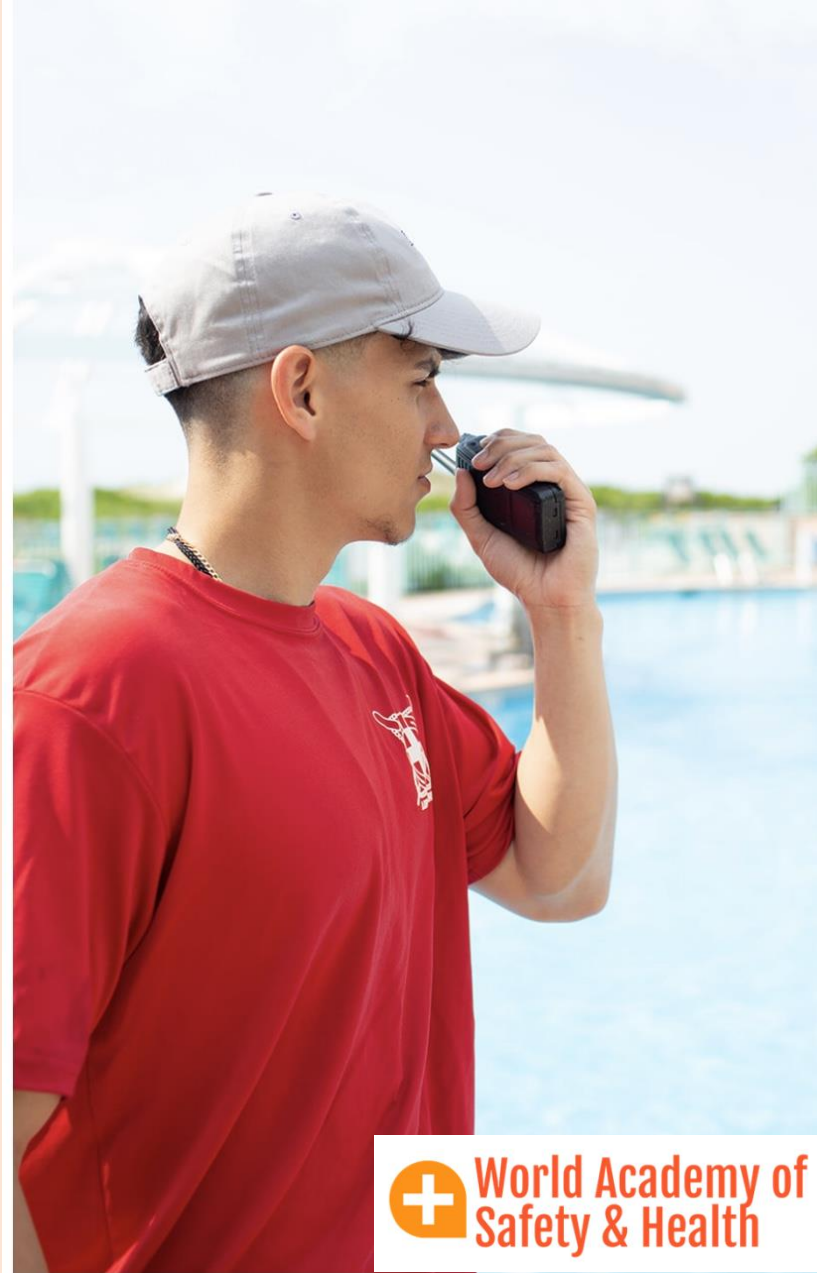
Responder

La fase de respuesta es el segundo componente de todos los rescates y asistencias.

La respuesta específica del salvavidas está dictada por el tipo, la ubicación y la gravedad de la situación de emergencia. Todos los socorristas estarán debidamente capacitados en cómo responder a cada tipo de emergencia.

Esta fase consta de 5 etapas:

- 1.) Activación del Plan de Acción de Emergencia (EAP)
- 2.) Decidir sobre la acción/respuesta requerida (es decir, asistencia o entrada de agua) para un rescate)
- 3.) Ejecutar asistencia o rescate en el agua
- 4.) Extraiga a la víctima del agua (según sea necesario)
- 5.) Completar el informe de rescate requerido/informe de incidente y liberación víctima



Introducción a la salvavidas

Recuperar

La fase de recuperación es la fase y consta de 5 etapas:

- 1.) Activación de los Procedimientos de Recuperación de Emergencia
- 2.) Limpieza y desinfección de equipos contaminados
- 3.) Reemplazo de equipos que pueden haber sido dañados y/o transportados con la víctima al hospital
- 4.) Asegurarse de que la instalación cuente con todo el personal.
- 5.) Reunión(es) de mejora continua posterior al incidente



La fase de Recuperación se produce una vez superada la situación de emergencia. Implica asegurarse de que la instalación esté preparada para reabrir, como lo demuestra el reemplazo de todos los equipos hasta el punto de poder responder por completo a otra emergencia.

Salvavidas Preventivo



Los salvavidas se consideran socorristas. Sin embargo, a diferencia de cualquier otro socorrista, el trabajo de un salvavidas es prevenir una emergencia y/o accidente en lugar de reaccionar y responder a una emergencia. No malinterprete, cuando ocurre un accidente o una emergencia, el salvavidas debe responder.

Sin embargo, los bomberos, por ejemplo, no vigilan durante todo su turno en un esfuerzo por evitar que ocurra una emergencia. En cambio, se les llama solo cuando ocurre una emergencia. Los salvavidas, por otro lado, mantienen una vigilancia constante y su principal responsabilidad es la prevención de una emergencia.

Muchas veces, las personas ven la respuesta de los departamentos de bomberos, EMS y departamentos de policía. Sin embargo, el trabajo de un socorrista pasa desapercibido.

El salvavidas preventivo es una estrategia utilizada para limitar o eliminar accidentes y lesiones antes de que ocurran. Puede venir en muchas formas y tiene varios componentes para garantizar que sea un método efectivo de salvavidas.

El salvavidas preventivo puede incluir: políticas y protocolos internos del departamento y/o de la organización. Algunos ejemplos de estas políticas y protocolos son: las reglas de la piscina, las técnicas de vigilancia de los clientes, la capacitación y las expectativas de los empleados establecidas y bien planificadas, y el posicionamiento de los salvavidas según el diseño de las instalaciones. Comunicación efectiva con los clientes. Durante esta comunicación, los salvavidas pueden compartir y explicar las reglas de la instalación y educar a los clientes sobre comportamientos seguros versus inseguros o riesgosos. Hacer cumplir de manera consistente y efectiva las reglas y regulaciones de la instalación.

En resumen, el socorrismo preventivo tiene en cuenta todas las políticas y herramientas de gestión de riesgos existentes en una instalación para limitar las posibilidades de que se produzca un accidente y/o emergencia. Todos sabemos que, sin duda, los accidentes siempre van a ocurrir pero, si los socorristas podemos prevenir la frecuencia y gravedad de los mismos, los clientes estarán más seguros en nuestras instalaciones.



La prevención de emergencias es siempre el método preferido de salvavidas frente a la respuesta a emergencias.

Capítulo 1

Información Legal para Socorristas



Leyes del buen samaritano

Las leyes del buen samaritano están diseñadas para proteger a las personas que brindan atención de emergencia necesaria de buena fe y sin obligación de actuar y/o no recibida cualquier tipo de compensación a cambio. Por lo tanto, en algunos casos y en algunos estados, los rescatistas profesionales, incluidos los salvavidas, no están cubiertos por estas leyes, ya que tienen el deber de actuar y, por lo general, son compensados de alguna manera por sus servicios.

Casi todos los estados tienen estas leyes, aunque difieren ligeramente de un estado a otro. En términos generales, para que el cuidador de emergencia esté protegido bajo el alcance de estas leyes, no debe actuar fuera del alcance de su formación o ser negligente con la atención brindada.

Los salvavidas, para limitar su responsabilidad, deben familiarizarse y comprender cómo las siguientes consideraciones legales encajan con las leyes del Buen Samaritano en su estado:



Capítulo 1

Información Legal para Socorristas



Negligencia

Debe proporcionar la atención para la que fue certificado y capacitado. No debe actuar más allá del alcance de su capacitación o nivel de certificación.

Además, debe proporcionar la atención adecuada a los signos y síntomas que presenta la víctima.



Abandono

Como socorrista certificado, tiene la obligación legal de brindar la atención adecuada a la víctima. Una vez que se inicia la atención, no puede interrumpir legalmente la atención hasta que ocurra una de las siguientes situaciones:

- La víctima ya no requiere atención
- Alguien con una certificación igual o superior se hace cargo
- La escena se vuelve demasiado insegura para continuar



Consentir

Todos los socorristas certificados deben obtener el consentimiento de todas las víctimas. Debe identificarse con su nombre y nivel de certificación. Luego pregúntele a la víctima si puede ayudarla. En ausencia de consentimiento, no se puede proporcionar legalmente la atención.

Capítulo 1

Información Legal para Socorristas



Deber de actuar

El Salvavidas en servicio tiene la obligación legal de responder y brindar la atención adecuada durante cualquier emergencia, ya sea terrestre o acuática.



Estándar de cuidado

Se espera legalmente que los salvavidas brinden un estándar de atención mínimo de la industria a todas las víctimas. La atención que se brinde siempre debe estar dentro del alcance de la capacitación del socorrista.



Privacidad/HIPAA

Cualquier información relacionada con las lesiones, el estado médico o el historial de la víctima y cualquier otra información confidencial de la víctima no puede ser compartida por el salvavidas con terceros.



Documentación

Registre toda la información del rescate y/o la escena si alguna vez se necesita en un procedimiento judicial.

Capítulo 1

Información Legal para Socorristas



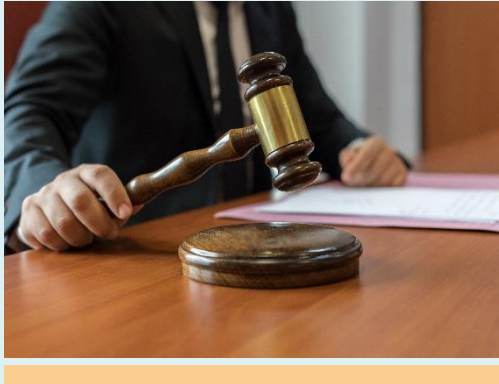
Estándar de cuidado

Los salvavidas deben considerar varias áreas relacionadas con su obligación de Estándar de cuidado:

- Capacitación inicial y certificación
- Educación continua
- Estándares de la industria acuática
- Normas Legales
 - Salvavidas Preventivo
 - Vigilancia y escaneo
 - Respuesta
 - Proporcionar atención de emergencia

Capítulo 1

Información Legal para Socorristas



En la mayoría de los casos, los documentos que los salvavidas completan diariamente o regularmente son requeridos por la regulación local o estatal y están sujetos a inspección por parte del departamento de salud local en cualquier momento. Recuerde, estos y todos los demás documentos que complete también están sujetos a citación.

Información legal adicional

Es probable que su instalación tenga una variedad de formularios que deban completarse diariamente, dos veces al día, semanalmente y/o solo cuando ocurra una emergencia (como se discutió anteriormente). Independientemente del formulario que esté completando, es importante que sea minucioso, detallista, veraz y oportuno. Siempre es mejor tener la información fresca en su mente al completar el informe para evitar confusiones y olvidos.



Capítulo 1 Resumen



El ahogamiento puede ocurrir rápidamente



Los salvavidas siempre deben estar 'De pie en la canoa'



Responsabilidad primaria de un Salvavidas es la seguridad de todos los clientes



Los socorristas deben tomar de sus mentes y cuerpos

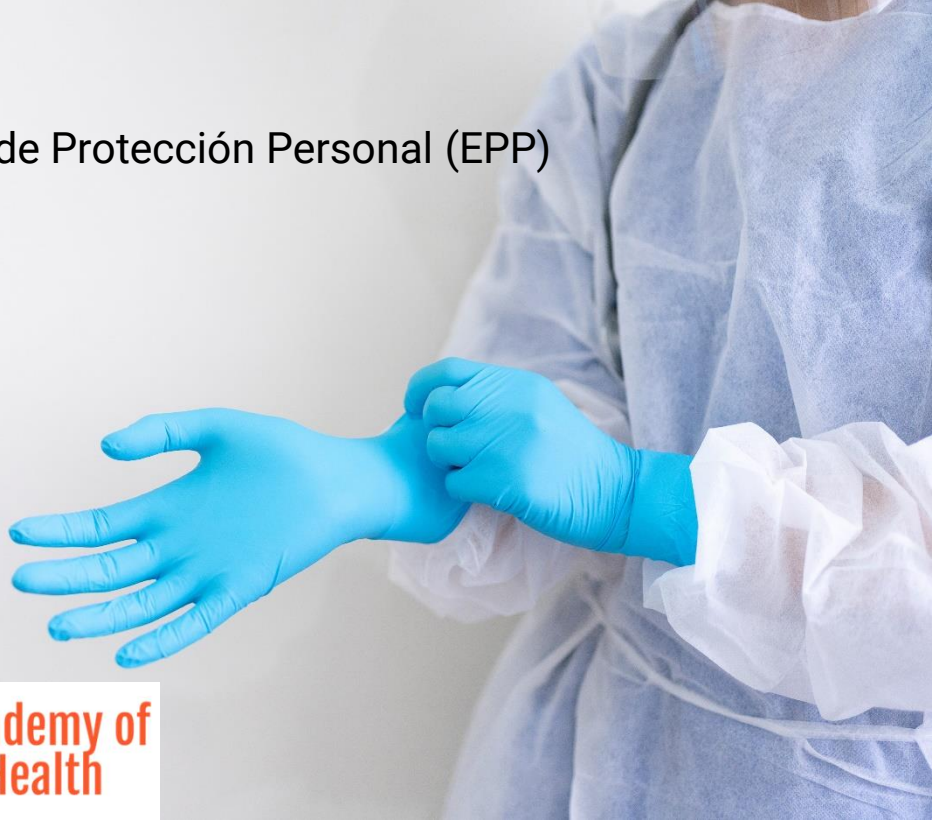


Obtener la certificación es el único paso Una. Los salvavidas deben asistir Desarrollo profesional regular



Los salvavidas deben reconocerlos ¿Son la última línea de defensa en Prevención de ahogamiento

Equipo de Protección Personal (EPP)



El equipo de protección personal incluye cualquier artículo usado y/o usado que limite la exposición de uno a los patógenos transmitidos por la sangre, mientras se brinda atención de emergencia a una persona. Los patógenos transmitidos por la sangre son fluidos corporales, incluida la sangre y el líquido cefalorraquídeo. Hay una variedad de tipos de EPP que utilizan los salvavidas, los profesionales médicos y otros socorristas. La pieza más común de PPE son los guantes protectores. Muchas organizaciones usan guantes de nitrilo para eliminar posibles reacciones alérgicas a los guantes de látex.

A lo largo de este curso, aprenderá la importancia de protegerse a sí mismo, desde las condiciones ambientales como el clima hasta las víctimas en pánico y la exposición a fluidos corporales.

El socorrista debe tomarse el tiempo y las medidas necesarias para protegerse. Por supuesto, en la medida de lo posible, este tipo de preparación debe ocurrir antes de que ocurra una emergencia. Algunos pasos que el salvavidas puede tomar para autoprotegerse incluyen:

- Asegurarse de que su riñonera y/o botiquines de primeros auxilios contengan todo el EPP necesario, como máscaras o protectores faciales, guantes de nitrilo, bolsas para riesgos biológicos, gasas, gafas protectoras y otros equipos de protección. Asegurarse de que todo el equipo de rescate funcione antes del comienzo de su turno de salvavidas.
- Recuerde siempre acceder y usar su EPP incluso antes de saber que lo necesita; la regla general debe ser siempre ponerse el EPP en caso de que termine encontrándose en un escenario en el que de repente se vuelve necesario.
- Por ejemplo, un cliente se acerca a usted y no se siente bien, pero no hay signos de fluidos corporales. Antes de brindar cualquier atención y/o examinar al cliente, el salvavidas debe ponerse los guantes en caso de que la exposición a fluidos corporales se convierta en una preocupación más adelante mientras brinda la atención de emergencia necesaria.

Equipo de Protección Personal (EPP)

Capítulo 2



Las precauciones estándar del EPP para los salvavidas incluyen: guantes, lavado de manos después del contacto o cuidado del paciente y EPP opcional según la situación específica. Estas medidas de EPP opcionales incluyen: máscaras, delantales/batas, protectores para la cara y los ojos u otra protección para RCP, y la eliminación adecuada de gasas, vendajes y otros materiales de primeros auxilios contaminados.

CURSOS EN LÍNEA A SU RITMO: Recuerde que todos los participantes registrados tienen acceso a nuestros cursos en línea a su propio ritmo. Estos son útiles incluso si está inscrito en una clase completa en persona o está siendo recertificado.

Exposición a patógenos transmitidos por la sangre

Si cree que usted o un compañero de trabajo ha estado expuesto a algún patógeno transmitido por la sangre, es fundamental que tome las siguientes medidas de inmediato:

- Lave y descontamine minuciosamente la(s) zona(s), lo mejor posible y durante al menos 5 minutos, utilizando jabón y agua tibia. Si algún patógeno transmitido por la sangre entra, toca o rodea los ojos, debe enjuagarse durante al menos 20 minutos con agua estéril o solución salina.
- Todas las instalaciones deben tener una política y un procedimiento de exposición a patógenos transmitidos por la sangre. Por lo general, esto se puede encontrar en el manual de operaciones y/o en el manual del empleado. El plan de exposición puede diferir ligeramente de una instalación a otra, pero cada una debe tener algunos de los mismos componentes clave. Éstos incluyen:
 - Buscar atención médica inmediata para las personas expuestas y/o que se cree que han estado expuestas.
 - Documentar y reportar la exposición con los supervisores de las instalaciones y el personal administrativo.

Equipo de Protección Personal (EPP)

Capítulo 2



Eliminación y limpieza de materiales contaminados

Es importante que la desinfección y la eliminación adecuadas de los equipos y materiales contaminados o sucios se aborden en el plan de patógenos transmitidos por la sangre de cada instalación.

Además del PPE para los socorristas y el personal, cada instalación debe contar con controles para la eliminación adecuada de materiales de riesgo biológico (es decir, artículos contaminados o sucios). Por ejemplo, debe haber bolsas de riesgo biológico y recipientes de plástico para objetos punzocortantes de riesgo biológico. Estos deben ser fácilmente sellables y estar debidamente etiquetados. El contenedor de objetos punzocortantes debe ser capaz de soportar los objetos colocados en su interior sin perforarse ni tener fugas. Las instalaciones también podrían considerar kits de "derrame de sangre" para la limpieza en o alrededor de la cubierta de la piscina y otras áreas de la instalación.

Cada vez que una instalación de piscina y/o equipo de salvavidas se contamine durante una emergencia, los artículos deben desinfectarse adecuadamente antes de volver a ponerse en servicio. Para lograr esto, utilice una solución de lejía al 10 % en agua para fregar el equipo.

El área de cualquier derrame también debe limpiarse y desinfectarse antes de reabrir o utilizar esa área. Para lograr esto: asegúrese de que el área esté cerrada y fuera del alcance de otras personas; use la misma solución de lejía al 10 % en agua para aplicar en el área y déjela reposar durante unos minutos antes de barrer todo.

Recuerde siempre, cuando manipule equipos y materiales contaminados o potencialmente contaminados, usar su EPP.

Limpiezas de materia fecal

Cada vez que haya un incidente fecal en la piscina o en el jacuzzi, los socorristas deben, lo más rápido posible, eliminarlo con una red, un skimmer o un balde. Los clientes deben ser retirados inmediatamente de esta área de baño.

En este punto, lo mejor es notificar a la gerencia para que el equipo de mantenimiento de la piscina de la instalación y/o el operador certificado de la piscina puedan limpiar y desinfectar correctamente el equipo utilizado durante la limpieza y puedan desinfectar correctamente el agua de la piscina mediante descargas eléctricas o utilizando un método alternativo.

No se debe permitir que los bañistas regresen al área de natación hasta que el operador certificado de la piscina y el administrador de la instalación lo aprueben.

La mayoría de las instalaciones deben tener protocolos establecidos para que los salvavidas inspeccionen e informen el estado de la plataforma y el equipo de la piscina, así como otras áreas como las salas de bombas, los vestuarios y los baños, las áreas de almacenamiento de productos químicos.

Cualquier cosa que pueda causar lesiones y/o pueda ser un peligro para los clientes, compañeros de trabajo, proveedores y contratistas, u otros, debe informarse de inmediato al personal de administración.

La vigilancia de los clientes y la respuesta de emergencia son solo una parte de la seguridad de los nadadores. El equipo de rescate también debe estar en buenas condiciones de funcionamiento y listo para ser utilizado en cualquier momento. Cada vez que un salvavidas se prepara para comenzar su turno, se debe inspeccionar todo el equipo para asegurarse de que funcionará correctamente durante una emergencia.

Gestión de riesgos y seguridad

Recuerde, el propósito principal de la presencia de un salvavidas es la seguridad y el bienestar de las personas (patrones y compañeros de trabajo) en las instalaciones acuáticas. Más adelante, en el Capítulo 6, analizaremos en profundidad la vigilancia de los usuarios y la respuesta a emergencias. Mientras tanto, comprenda que la vigilancia del cliente, la respuesta de emergencia y la seguridad general del cliente son las únicas responsabilidades del salvavidas.

La responsabilidad del salvavidas, en lo que respecta a la seguridad, se extiende mucho más allá de la seguridad de los nadadores.

Condiciones climáticas adversas

El clima puede afectar a los nadadores y otras personas en o alrededor de la cubierta de la piscina, tanto en instalaciones interiores como exteriores.

Nunca es seguro para ninguna persona estar sobre, dentro o cerca del agua durante una tormenta eléctrica o durante otras condiciones climáticas adversas. Siempre siga la política meteorológica de su instalación y preste mucha atención al pronóstico local y otras advertencias meteorológicas.

En términos generales, tan pronto como haya alguna señal de inclemencias del tiempo (truenos, relámpagos o vientos peligrosos) que se acerquen al área, los salvavidas deben:

Bájese inmediatamente de la estación de salvavidas u otra posición elevada. Despeje la cubierta de la piscina de todos los clientes. Despeje todas las demás áreas al aire libre de la instalación.

En las instalaciones al aire libre, se debe indicar a los clientes que busquen refugio en el interior hasta que haya pasado la tormenta. Si su instalación no tiene un área interior para que los clientes la usen para buscar refugio, la gerencia debe considerar arreglos alternativos para mantener a los clientes seguros. Por ejemplo, es posible utilizar el interior de negocios adyacentes, como vestíbulos de hoteles, tiendas minoristas u otros edificios grandes durante las tormentas.

Gestión de riesgos y seguridad

Además, los botiquines de primeros auxilios deben revisarse para garantizar un inventario adecuado de todos los suministros. Por supuesto, cualquier problema con el equipo y/o la falta de suministros de primeros auxilios debe informarse de inmediato. La piscina no debe abrirse para nadar hasta que todo el equipo esté abastecido y en buenas condiciones de funcionamiento.

La seguridad general y las políticas, protocolos, inspecciones y listas de verificación apropiados son, en última instancia, responsabilidad del director de actividades acuáticas u otro administrador de la instalación. Sin embargo, la responsabilidad por estos artículos y áreas, las áreas sin protección, recaerá sobre todos los involucrados, incluidos los salvavidas, que deberían haber estado inspeccionando, informando y documentando las condiciones peligrosas.



Gestión de riesgos y seguridad

En algunos casos, su instalación puede tener un detector de rayos que alertará al personal de administración cuando haya rayos en el área. A veces, esto permite que los salvavidas comiencen a despejar las áreas enumeradas anteriormente antes de la llegada de la tormenta eléctrica.

No se debe permitir que los clientes vuelvan a entrar hasta que hayan pasado treinta (30) minutos desde el último trueno o relámpago.

Hay otras condiciones climáticas que pueden no ser peligrosas para los clientes en o alrededor de la terraza de la piscina, pero no son seguras para los clientes en la piscina. Estos incluyen niebla, lluvia intensa o cualquier otra condición que perjudique la capacidad de los salvavidas para ver claramente a los clientes en la piscina y/o perjudique la capacidad de los salvavidas para ver claramente el fondo de la piscina. En estos casos, los nadadores deben ser retirados del área de natación hasta que las condiciones mejoren lo suficiente como para permitir que la vigilancia de los clientes se reanude de manera segura.

Hacer cumplir las reglas

Capítulo 4



Los salvavidas deben conocer y comprender las reglas y la mejor manera de hacerlas cumplir de manera consistente y firme. Esto puede requerir una sesión de capacitación en el servicio de las instalaciones en la que se les presente a los salvavidas una variedad de escenarios y se les pida que actúen, mientras se les brinda retroalimentación y orientación, sobre la mejor manera de responder a los clientes.

Si la piscina es parte de una Asociación de Propietarios (HOA), un complejo de apartamentos o funciona como una instalación de membresía, las reglas deben incluirse con la documentación inicial y anual y/o el lenguaje de las reglas debe agregarse a los documentos que rigen. En este tipo de instalaciones, la gerencia puede considerar sanciones por violaciones repetidas de las reglas y regulaciones.

A menudo, las personas que pueden haber demostrado un comportamiento inseguro en violación de las reglas o el espíritu de las reglas pueden reaccionar y convertirse en confrontadores. La instalación debe capacitar a los salvavidas sobre la mejor manera de manejar una situación de este tipo al intentar reducir la tensión y comunicarse con la gerencia de inmediato. Además, debe haber lenguaje en las reglas y/o documentos rectores que describan penas más severas para tales confrontaciones y reacciones a la aplicación de las reglas.

Para garantizar la seguridad en las instalaciones de natación, es importante que la gerencia y el personal:

- Establece un conjunto de reglas
- Desarrollar la comprensión de las reglas por parte de los salvavidas
- Hacer cumplir las reglas de manera consistente y firme y educar a los usuarios sobre estas reglas

El primer paso para hacer cumplir las reglas en una instalación de natación es tener reglas, reglamentos, protocolos y procedimientos bien establecidos. Debe haber un conjunto de reglas que sean, relativamente, estándar de una instalación a otra. Luego hay, por lo general, reglas adicionales que son específicas para cada instalación y su conjunto único de circunstancias. El objetivo siempre debe ser garantizar la seguridad del cliente.

Las reglas deben publicarse en varios lugares de alta visibilidad. Por ejemplo, todos los clientes deben conocer las reglas y expectativas antes de ingresar al área de la piscina. Con esto en mente, las instalaciones deben asegurarse de publicar las reglas en la puerta o portón de entrada.

Hacer cumplir las reglas

Capítulo 4



Los salvavidas y los miembros del personal de las instalaciones acuáticas y de piscinas deben tomarse el tiempo para educar a los clientes. Esto sirve para múltiples propósitos, todos los cuales harán que el trabajo del salvavidas de hacer cumplir las reglas sea un poco más fácil y la instalación un poco más segura. Por ejemplo, si los gerentes de cubierta, los gerentes de las instalaciones, los salvavidas (que no son responsables de la vigilancia de los usuarios) y otros miembros del personal se toman el tiempo de circular y hablar con los usuarios para informarles y explicarles por qué es importante que se adhieran a las reglas, es posible que se eliminen o limiten. violación de estas reglas más adelante. Esto permitirá que los salvavidas en servicio permanezcan enfocados en escanear y vigilar a los clientes.

Además, los usuarios tienden a ser más receptivos a la aplicación de reglas si entienden la necesidad de las reglas. Por lo tanto, tomarse el tiempo para hablar con los clientes en lugar de simplemente hacer sonar el silbato puede resultar más productivo a largo plazo. Recuerde, si tiene responsabilidades de escaneo y vigilancia de usuarios, nunca debe abandonar su zona de cobertura ni interrumpir estas tareas de escaneo para hablar con un usuario. En cambio, la instalación debe emplear a un gerente de plataforma u otra persona que interactúe con los clientes y los eduque.



Ejemplo de reglas de la piscina

Dúchate antes de entrar a la piscina.

No se permiten vidrios, objetos metálicos afilados u otros objetos (considerados peligrosos por el salvavidas o la gerencia) en el área de la piscina.

No correr en la cubierta de la piscina.

Sin buceo.

A excepción de los animales de servicio, no se permiten mascotas en el área de la piscina.

No se permite el uso de la piscina bajo la influencia de alcohol o drogas.

No se permite el uso de la piscina si uno tiene heridas abiertas, condiciones contagiosas o infecciosas.

Los niños menores de 16 años deben estar acompañados por un adulto.

No se permite el uso de la piscina por niños en pañales sin pantalones de goma o plástico sobre el pañal.

No se permite fumar.

No se permite comer ni beber en la piscina.



Hiperventilación voluntaria y retención de la respiración

La retención voluntaria de la respiración se ha citado como una causa de incidentes de ahogamiento en varias profundidades de agua. Hay algunas descripciones diferentes de esta condición, algunas basadas en el resultado y otras basadas en el comportamiento que conduce al resultado 4. Por ejemplo, uno puede verlo referido como desmayo bajo el agua, desmayo por contener la respiración y desmayo en aguas poco profundas. . El desmayo en aguas poco profundas se define técnicamente como “una pérdida de conciencia causada por hipoxia cerebral hacia el final de una inmersión en agua poco profunda. Por lo general, es causado por la hiperventilación justo antes de una inmersión, lo que reduce el nivel de dióxido de carbono (CO₂) y retrasa la necesidad de respirar del buzo” 2.

El apagón en aguas poco profundas es un poco engañoso ya que la condición puede ocurrir en aguas de cualquier profundidad. Por lo tanto, algunas organizaciones han comenzado a referirse a la condición como desmayo hipóxico 2. Aunque la tasa general de muertes por ahogamiento ha disminuido durante décadas, la tasa de muerte por ahogamiento como resultado de conductas de contención de la respiración no ha disminuido 3. Los salvavidas deben ser conscientes de los peligros de las actividades de contención de la respiración y la hiperventilación que se ha relacionado con el desmayo hipóxico porque "... si los salvavidas no son conscientes de comportamientos como la hiperventilación intencional, los riesgos de eventos adversos aumentan significativamente" 2.

Es importante que se prohíban las actividades voluntarias de contención de la respiración en todas las piscinas e instalaciones acuáticas. Esta es una regla que debe agregarse y mostrarse de manera destacada en todas las publicaciones de reglas. Además, la capacitación de los socorristas sobre cómo se verían las actividades de contención de la respiración en, dentro y alrededor del agua debe proporcionarse como parte del programa de servicio programado regularmente de una instalación.



Es crucial que el salvavidas conozca los signos y síntomas de un nadador angustiado o que se está ahogando, y sepa cómo responder una vez que reconoce a la víctima.

hechos de ahogamiento

CAPÍTULO 5

Entre 2005 y 2014, hubo un promedio de 3536 muertes por ahogamiento no intencional (no relacionadas con la navegación) anualmente en los Estados Unidos, unas diez muertes por día.⁵

332 personas adicionales mueren cada año por ahogamiento en incidentes relacionados con la navegación.⁶

Aproximadamente una de cada cinco personas que mueren por ahogamiento son niños menores de 14 años.⁵ Por cada niño que muere por ahogamiento, otros cinco reciben atención en el departamento de emergencias por lesiones no fatales por sumersión.⁵

A nivel mundial, más de 40 personas mueren ahogadas cada hora de cada día. El ahogamiento es una de las 10 principales causas de muerte de niños en todas las regiones del mundo.⁵



El ahogamiento es la tercera causa principal de muerte no intencional en el mundo.

hechos de ahogamiento

Capítulo 5

¿Qué es ahogarse?

Se inhala agua y la persona que se ahoga tiene un subidón de adrenalina mientras lucha por respirar.

Las vías respiratorias comienzan a cerrarse para evitar que entre más agua a los pulmones.

En esta etapa, la víctima involuntariamente contiene la respiración hasta que finalmente pierde el conocimiento. Este proceso dura entre 2-3 minutos. La víctima pierde el conocimiento. La reanimación efectiva aún puede salvar a la víctima y aún tiene posibilidades de sobrevivir. La víctima dejará de respirar y su pulso disminuirá.

En ausencia de oxígeno, el cuerpo de la víctima se vuelve de un tono azul y puede comenzar a sacudirse erráticamente como si tuviera convulsiones.

La etapa final del ahogamiento se llama hipoxia cerebral y le sigue la muerte clínica.



Se considera que el factor RID contribuye a los incidentes de ahogamiento cuando hay un salvavidas presente

hechos de ahogamiento

Capítulo 5

Hay algunas causas comunes de ahogamiento. Por supuesto, los incidentes de ahogamiento son más frecuentes cuando no hay salvavidas de servicio. El Factor RID (Pia 1984) – Reconocimiento, Intrusión y Distracción – han sido identificados como causas de incidentes de ahogamiento donde hay salvavidas presentes.

- 1.) Reconocimiento: el personal de salvavidas no reconoció los signos y/o síntomas de ahogamiento. Esto podría ser el resultado de una falta de conocimiento sobre lo que debe buscar o podría ser el resultado de que la víctima ya estaba sumergida. La víctima también podría haberse deslizado bajo el agua sin mostrar signos de angustia o ahogamiento.
- 2.) Intrusión: otros deberes han interferido con la responsabilidad principal del salvavidas de vigilar a los clientes. Por ejemplo, las tareas de limpieza o mantenimiento se asignaban y completaban mientras que el salvavidas tenía responsabilidades de vigilancia. Por lo tanto, el escaneo adecuado no se completó adecuadamente.
- 3.) Distracción: el salvavidas tiene el potencial de distraerse con una multitud de cosas. Podría ser que él o ella estuvieran aburridos, cansados, conversando con un cliente o colega, o participando en otra actividad que lo distrajera del escaneo y la vigilancia del cliente.

Vigilancia de usuarios

CAPÍTULO 6

Zonas de Cobertura

Las zonas de cobertura para el personal de salvavidas están diseñadas específicamente para cada instalación en función de las necesidades, el tamaño y el diseño únicos de esa instalación. Hay varios tipos de cobertura de zona, pero todos los tipos funcionan con los mismos principios básicos. Estos son:

- La totalidad de la zona de cobertura debe ser visible desde un punto para el salvavidas asignado.
- El salvavidas debe poder escanear toda su zona de cobertura en 10 segundos o menos.
- El socorrista debe poder llegar al área más alejada de la zona asignada en 20 segundos o menos.



Vigilancia de usuarios

CAPÍTULO 6

Cobertura completa

Solo un socorrista está de servicio. Por lo tanto, ese salvavidas es responsable de la vigilancia del cliente y el escaneo constante de toda el área de cobertura. Este salvavidas debe reconocer y responder a todas y cada una de las emergencias, ya sean terrestres o acuáticas.

Cobertura de respaldo

Dos o más salvavidas están de guardia juntos. Durante una emergencia que requiere la respuesta de un solo rescatista, el rescatista principal (primer salvavidas) responde y el segundo salvavidas brinda inmediatamente lo que llamamos cobertura de respaldo.

El salvavidas de respaldo debe estar preparado para proporcionar una variedad de respuestas durante la emergencia. Por ejemplo, es posible que el salvavidas de respaldo deba sacar a los nadadores de la piscina; proporcionar respuesta directa o asistencia directa al rescatista primario; y/o comunicarse con la administración de las instalaciones y/o los servicios de EMS locales.

Cobertura superpuesta

Dos o más socorristas están de servicio juntos y a cada uno se le asigna una zona o área de cobertura. Y, aunque cada socorrista tiene una responsabilidad directa en la vigilancia de los usuarios en un área específica, hay un área donde las dos zonas se encuentran o se superponen. En esta zona, ambos socorristas tienen funciones de exploración.



Exploración

CAPÍTULO 7

La vigilancia efectiva ocurre en tres etapas, siendo las dos primeras etapas parte de la fase de reconocimiento y la etapa tres parte de la fase de respuesta de las Tres "R". Las tres etapas de una vigilancia eficaz son:

- escaneo y dimensionamiento;
- enfocar y dimensionar;
- activando PAE

La vigilancia de clientes o nadadores es una habilidad aprendida y desarrollada. El socorrista debe conocer y comprender las técnicas de exploración efectivas, las zonas o áreas de cobertura, los signos y síntomas de problemas en el agua y los precursores o las características del patrón que a menudo conducen a futuros problemas en el agua.

Para escanear y evaluar de manera adecuada y efectiva, el salvavidas debe inspeccionar visualmente su área asignada de la piscina mientras busca los signos y síntomas comunes de angustia o ahogamiento. Además, el salvavidas debe, como mínimo, estar mirando la superficie del agua.

Aunque se recomienda que el socorrista observe también, en la medida de lo posible, la columna de agua y el fondo de la zona de baño.

Si el salvavidas observa algo inusual, errático o preocupante, debe concentrarse en el nadador que exhibe este comportamiento y/o en el área de la piscina donde se lleva a cabo la actividad y evaluar nuevamente.

El salvavidas también debe intentar inspeccionar visualmente lo que sucede debajo de la superficie del agua en esta área.

Si el salvavidas decide, en base a sus actividades de evaluación, que se requiere una respuesta, entonces el Plan de Acción de Emergencia (EAP) de la instalación debe activarse de inmediato. Los EAP se analizan en detalle en el Capítulo 9.

El proceso de vigilancia debe ser repetitivo y constante mientras el socorrista tenga un área de cobertura o responsabilidad para la seguridad del patrón o bañista.



Rotaciones

Cuando nos referimos a las rotaciones de salvavidas, nos referimos a la práctica de los salvavidas que se mueven de una estación de guardia a otra y/o a la sala de descanso o para realizar otras tareas relacionadas con las instalaciones durante su turno (Nota: recuerde que los salvavidas deben nunca ser asignado para realizar otras tareas mientras él o ella sea responsable de la vigilancia del cliente).

Idealmente, las rotaciones de los socorristas deben realizarse cada 20 o 30 minutos. El ciclo de rotación también debe incluir un descanso de 10 a 15 minutos para cada socorrista.

Varios factores afectan la capacidad de un salvavidas para mantener el enfoque y la atención en la vigilancia del cliente. Estos factores a menudo incluyen, según el entorno de la instalación acuática, factores ambientales tanto interiores como exteriores, como los rayos UV del sol, el calor, la humedad, el resplandor del sol y más. En ocasiones, estos factores pueden contribuir al cansancio y la falta de atención del socorrista.

Las rotaciones de salvavidas están diseñadas para mitigar estos factores ambientales mientras ayudan a garantizar que el salvavidas permanezca atento a sus deberes.

Pasos de una Rotación Efectiva y Segura

La transición de un salvavidas a otro debe realizarse de manera consistente con la vigilancia constante del cliente. En ningún momento durante la transición se debe comprometer la vigilancia de los usuarios. Siempre debe haber al menos un socorrista manteniendo las funciones de vigilancia.

- El socorrista entrante se coloca junto a la estación de socorrista, con cuidado de no obstaculizar la vista del socorrista en el puesto.
- El salvavidas entrante comienza la vigilancia del cliente desde esta posición de pie y se lo comunica al salvavidas en el puesto.
- El salvavidas en la plataforma pasa el tubo de rescate al salvavidas entrante, recoge sus pertenencias, sale de la plataforma y mantiene una posición de pie en el lado opuesto de la plataforma del salvavidas entrante.
- El salvavidas saliente inicia la vigilancia del cliente y se lo comunica al salvavidas entrante.
- El salvavidas entrante se sitúa en la silla de salvavidas, comienza la vigilancia del cliente y se lo comunica al salvavidas saliente.
- El salvavidas saliente ahora es libre de pasar a la siguiente estación de salvavidas en el ciclo de rotación.

Reconocimiento de víctimas

CAPÍTULO 8



Un concepto erróneo común de los socorristas es que se sientan al sol disfrutando de los días de verano sin preocuparse del mundo: el mejor trabajo del mundo, como a muchas personas les gusta decir. Y, posiblemente, es el mejor trabajo que uno puede tener. Sin embargo, un salvavidas está trabajando constantemente mientras está de servicio.

Aunque puede parecerle al "ojo inexperto" que el salvavidas no está haciendo mucho, sabemos que el salvavidas entrenado está constantemente escaneando el agua en busca de signos de problemas. Es posible que las personas no capacitadas no entiendan qué o por qué está mirando el salvavidas.

Es crucial que el salvavidas conozca los signos y síntomas de un nadador angustiado o que se está ahogando, y sepa cómo responder una vez que reconoce a la víctima.

El salvavidas está pendiente de:

Cabeza baja en el agua: un nadador fuerte o saludable puede mantener fácilmente la cabeza alta en el agua y por encima de la superficie del agua. Una persona incapaz de hacer esto puede necesitar ayuda.

Brazada baja: un nadador fuerte o saludable puede sacar fácilmente los codos del agua con cada brazada de natación. Un nadador que arrastra los codos en el agua es una señal de que puede necesitar ayuda.

Poca o ninguna patada: un nadador fuerte o saludable mantiene una patada fuerte con las piernas. No patear y/o no romper la superficie del agua con una patada es una señal de que él o ella puede necesitar ayuda.

Por lo general, un nadador muestra una cabeza baja en el agua, una brazada baja y poca o ninguna patada simultáneamente. Un salvavidas debidamente capacitado que conozca las señales que debe buscar al identificar a un nadador potencialmente angustiado debería poder reconocer fácilmente a un nadador que muestre estas tres señales de problemas.



Reconocimiento de víctimas

Capítulo 8

Los signos adicionales de angustia en el agua incluyen:

Cabello en los ojos: para la mayoría de los nadadores, quitarse el cabello húmedo de la cara y los ojos es un comportamiento instintivo. Cuando un nadador no intenta hacer esto, debe verse como una señal de angustia.

Agarrar el agua con ambos brazos: cuando un nadador lucha por mantener la cabeza fuera del agua y comienza a entrar en pánico, él o ella comienza a golpear rápidamente la superficie del agua o corta ambos brazos a través del agua al mismo tiempo.

Cuando un socorrista observa este tipo de comportamiento, el socorrista debe responder inmediatamente

'Subir la escalera': cuando un nadador lucha por mantener la cabeza fuera del agua y comienza a entrar en pánico, comienza a participar en lo que parece ser un arrastre hacia arriba en el agua. Este es un método ineficaz para mantener la cabeza fuera del agua y, cuando se observa, requiere la respuesta inmediata de los salvavidas.

'Rayos de bicicleta': un nadador angustiado, como lo reconocen los compañeros bañistas, con el nadador angustiado en el medio y los compañeros bañistas moviéndose hacia él o ella desde todos los lados para brindarle ayuda parece una rueda de bicicleta con los buenos samaritanos como radios de la rueda y el nadador angustiado en el centro de la rueda.

Agitar las manos: un nadador que puede estar cansado pero que aún no ha entrado en pánico o necesita ayuda desesperadamente puede agitar las manos para pedir ayuda a los salvavidas.

Comportamiento o actividad inusual y/o errático: cualquier comportamiento y/o actividad exhibido por los nadadores que parezca inusual o errático debe someterse a un escrutinio adicional para determinar si se requiere una respuesta de salvavidas.

No siempre es una progresión lineal desde el nadador angustiado hasta el ahogamiento.

Hay situaciones en las que una víctima nunca muestra signos o síntomas de angustia. En cambio, ya podrían estar sumergidos en el agua y, por tanto, el socorrista nunca ve señales de peligro.



Plan de Acción de Emergencia (PAE)

CAPÍTULO 9

Un Plan de Acción de Emergencia (EAP) es un conjunto establecido de protocolos y procedimientos diseñados para ser activados y seguidos durante una emergencia.

Los EAP son procedimientos escritos que deben presentarse a todos los miembros del personal y practicarse regularmente. Cuanto más familiarizado esté el personal de salvavidas con el EAP, más eficiente y efectiva será la respuesta durante una emergencia real.

El EAP debe publicarse, ser de fácil acceso y colocarse en lugares visibles para que los salvavidas lo vean. Un EAP bien diseñado establece, específicamente, qué debe hacer cada miembro del personal, cuándo debe hacerlo y exactamente cómo hacerlo, delineando procedimientos detallados.

La activación del EAP debe ocurrir cada vez que haya una emergencia y/o un salvavidas u otro miembro del personal reconozca una emergencia y/o una víctima. Por lo general, en un entorno acuático, la activación del EAP se produce con la señal del silbato que se utiliza para indicar una emergencia en el agua o en tierra.

Los EAP están diseñados específicamente para cada instalación y el diseño, el personal, el equipo, el nivel de capacitación y más únicos de esa instalación. Rara vez hay dos EAP exactamente iguales, aunque muchos tendrán protocolos superpuestos.

La revisión y la práctica del EAP deben ser parte de la capacitación en el servicio o la educación continua de rutina de una instalación para el personal de salvavidas.

Es aconsejable que la capacitación se coordine con el SEM local para garantizar una respuesta bien pensada, médicamente sólida y sin problemas durante una emergencia.



Plan de Acción de Emergencia (PAE)

CAPÍTULO 9

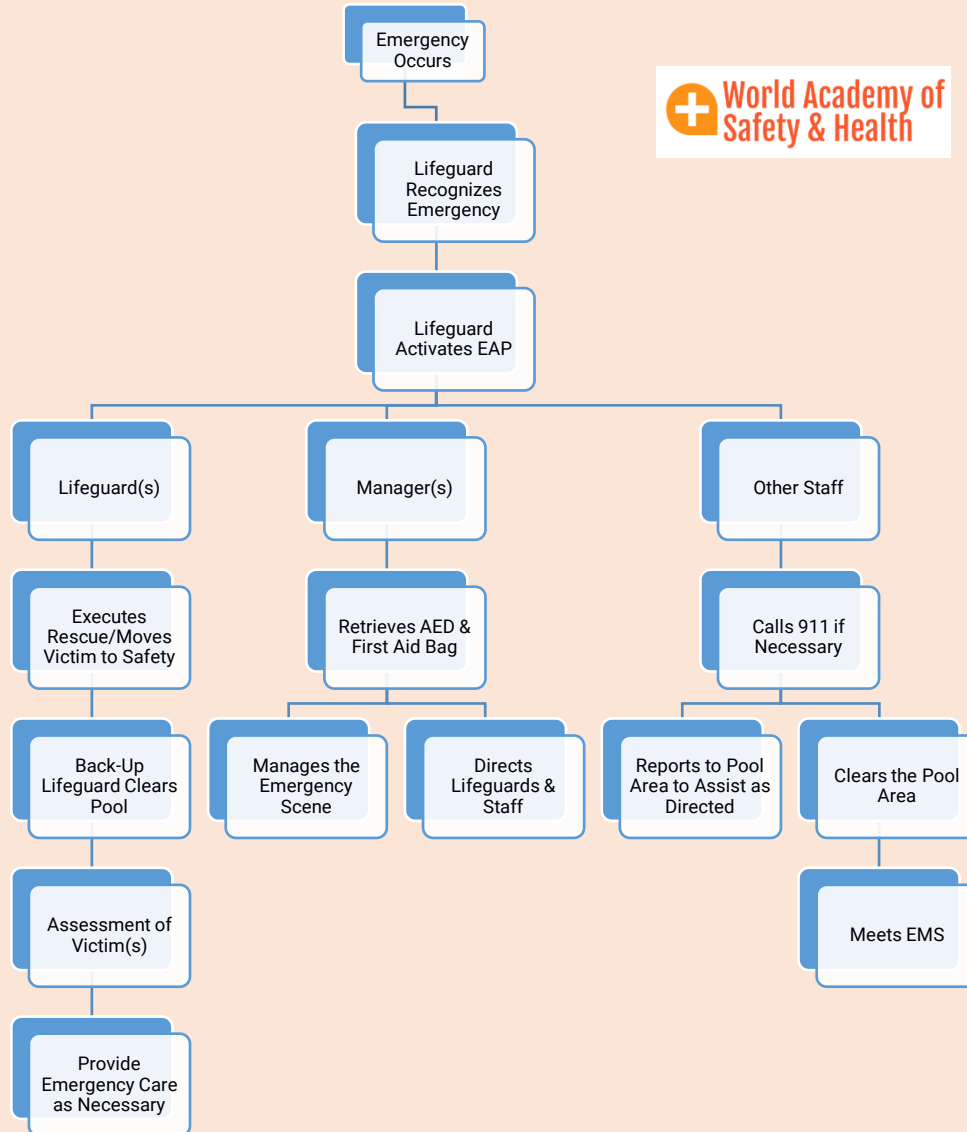


Este tipo de capacitación debe realizarse, como mínimo, una vez al mes para todos los miembros del personal.

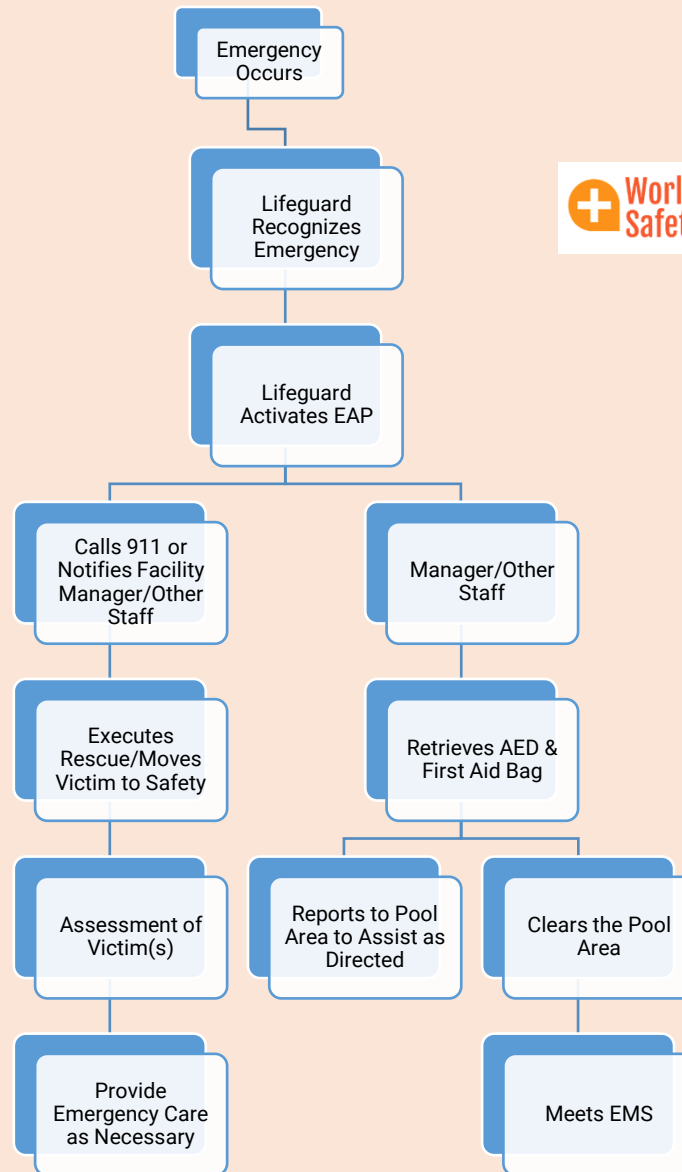
La comunicación y coordinación efectivas son vitales para la efectividad y calidad general del EAP y, a su vez, el resultado para la(s) víctima(s). En muchas jurisdicciones, el EAP es requerido por el departamento de salud y cuando se inspeccione la instalación, se examinará el EAP.

Además, muchas compañías de seguros solicitarán este documento para asegurarse de que la instalación para la que proporcionan el seguro esté tomando las medidas adecuadas de gestión de riesgos.

Muestra Deportes acuáticos Plan de Acción de Emergencia (PAE)



Muestra Plan de Acción de Emergencia Acuática (EAP) Una instalación de salvavidas




Emergencias de agua

Capítulo 10



Pensando en el capítulo sobre EAP, puede recordar las Tres "R": Reconocer, Responder, Recuperar. Para comprender y revisar los pasos generales que debe tomar un salvavidas cuando hay una emergencia de agua, se debe comenzar por reconocer que hay una emergencia que requiere una respuesta. Inmediatamente después de este reconocimiento, el salvavidas debe activar el Plan de acción de emergencia (EAP) de la instalación por cualquier medio que se describa en el plan; esto suele ser mediante el uso de una señal de silbato específica reservada para este propósito.

El o los salvavidas pasan inmediatamente a la fase de respuesta y rápidamente evalúan y deciden si ejecutar una asistencia desde la cubierta de la piscina o ingresar al agua para realizar un rescate acuático. En cualquier caso, el salvavidas hace contacto con la víctima, ejecuta la asistencia o el rescate y mueve a la víctima de manera segura al costado de la piscina para extraerla del agua. Luego, el socorrista debe evaluar a la víctima y brindar cualquier atención de emergencia adicional que sea necesaria. Se debe completar un informe de rescate o incidente antes de liberar a la víctima.



Hay varios tipos de rescates acuáticos dependiendo del estado de la víctima. Una víctima en el agua puede ser activa, pasiva y/o una víctima de lesión en la columna. Cada uno de estos escenarios requiere una respuesta y un enfoque específicos en el agua por parte de los socorristas.



Asistencias

Las asistencias se utilizan para ayudar a un nadador cansado sin entrar al agua y/o señalar un rescate completo en el agua.

Asistencia de lanzamiento

El salvavidas arroja su tubo de rescate o boya de anillo al nadador cansado o angustiado. Pasos a seguir cuando se utiliza una asistencia de lanzamiento:

- Coloque la cuerda unida al tubo de rescate o al anillo de boya en la cubierta de la piscina y coloque un pie sobre esta cuerda. Esto asegura que el salvavidas tenga la capacidad de jalar a la víctima hasta el borde de la piscina una vez que agarra el dispositivo de flotación que se lanza.
- El salvavidas debe lanzar el dispositivo de flotación sobre la cabeza de la víctima y más allá o detrás de la víctima. Esto asegura que el dispositivo de flotación no sea arrojado fuera del alcance de la víctima. En cambio, aterriza detrás de la víctima, lo que permite que el salvavidas comience a tirar lentamente de la línea de lanzamiento de manera controlada y lleve el dispositivo de flotación a la víctima. Una vez que la víctima tiene un agarre firme en el dispositivo de flotación, el socorrista debe tirar lentamente de la línea de lanzamiento, sin tirones repentinos de la cuerda, hasta el borde de la piscina y ayudar a la víctima a salir del agua.

Asistencia de alcance

El salvavidas extiende el cayado del pastor u otra pértiga telescópica. También se podría usar el rescate para extenderlo a un nadador cansado si él o ella está más cerca del borde de la piscina. Pasos a seguir cuando se utiliza una asistencia de alcance:

- El salvavidas debe pararse en el borde de la piscina asegurándose de que tenga una base sólida con los pies separados al ancho de los hombros. El salvavidas debe alejar su peso de la piscina para evitar que la víctima tire de la pértiga y haga que el salvavidas caiga al agua.
- Una vez que la víctima tiene un agarre firme en la pértiga, el salvavidas debe comenzar a usar la pértiga de manera lenta y controlada para jalar a la víctima hacia el borde de la piscina.



Entradas de agua

Entrada de salto de tijera

La entrada debe usarse cuando el salvavidas debe ingresar a la piscina en un área de aguas profundas directamente desde la plataforma de la piscina (asegúrese de que la profundidad del agua sea de al menos 5 a 6 pies).

El salvavidas debe usar el tubo de rescate y mantenerlo alto y ajustado sobre el pecho y debajo de las axilas. El salvavidas debe asegurarse de que sus pies estén planos sobre la cubierta de la piscina con una ligera o ninguna flexión en las rodillas.

Antes de iniciar la entrada al agua, el salvavidas debe revisar el área de entrada para asegurarse de que esté despejada y sea segura para entrar. Luego, el salvavidas debe dar un paso largo o salir de la cubierta y meterse en la piscina. Una vez que el socorrista entra en contacto con el agua, inmediatamente debe volver a juntar las piernas como si cerrara unas tijeras. Esta acción, junto con la flotabilidad del tubo de rescate, ayudará a que el socorrista regrese a la superficie del agua. El socorrista ahora puede comenzar el acercamiento a la víctima.



Entrada de bala de cañón

Esta entrada debe usarse cuando el salvavidas ingresa al agua desde una altura, es decir, una torre de salvavidas o una estación de vigilancia (asegúrese de que la profundidad del agua sea de al menos 5 a 6 pies).

El salvavidas debe usar el tubo de rescate y mantenerlo alto y ajustado sobre el pecho y debajo de las axilas. El salvavidas debe asegurarse de que sus pies estén planos sobre el suelo/cubierta/puesto de salvavidas y que sus rodillas estén ligeramente dobladas como si estuviera sentado.

Antes de iniciar la entrada al agua, el salvavidas debe revisar el área de entrada debajo de él o ella para asegurarse de que esté despejada y sea segura para la entrada. A continuación, el socorrista debe saltar desde su posición a la piscina como si ejecutara una bala de cañón. Al golpear el agua, la flotabilidad del tubo de rescate ayudará a que el salvavidas regrese a la superficie del agua para comenzar a acercarse a la víctima.



Acercamiento a la víctima

El socorrista siempre debe mantener el tubo de rescate alto sobre el pecho y debajo de las axilas. Esto permitirá que el socorrista elija entre la brazada de crol frontal y la brazada de pecho. Cualquiera de estos golpes se puede usar con una patada de aleteo, una patada de braza o una patada de tijera para acercarse a la víctima. El socorrista debe mantener la cabeza fuera del agua con los ojos en la víctima en todo momento.

Esta colocación del tubo de rescate permite al socorrista:

- manténgalo fácilmente entre él o ella y la víctima para evitar que una víctima aterrorizada lo agarre.
- Acérquese a la víctima y ejecute el rescate con un movimiento fluido ya que el tubo ya está en posición para ejecutar el rescate (de una víctima pasiva o activa).





Entrada de bala de cañón



Salto de tijera

World Academy of
Safety & Health



Hay varios tipos de rescates acuáticos dependiendo del estado de la víctima. Una víctima en el agua puede ser activa, pasiva y/o una víctima de lesión en la columna. Cada uno de estos escenarios requiere una respuesta y un enfoque específicos en el agua por parte de los socorristas.

Entrada deslizable

Esta entrada debe usarse en dos escenarios diferentes:

- 1.) Si, durante la verificación del salvavidas, la piscina está demasiado llena para permitir una entrada segura utilizando la entrada con salto de bala de cañón o de tijera.
- 2.) Si el salvavidas sospecha que la víctima puede estar sufriendo un traumatismo en la columna.

El salvavidas debe usar el tubo de rescate y sostenerlo con una mano mientras se sienta en el borde de la cubierta de la piscina. Una vez sentado, el salvavidas puede optar por quitar el tubo de rescate y dejarlo en la cubierta de la piscina o dejar que flote cerca. El salvavidas debe usar una mano para alejarse de la plataforma mientras ingresa suavemente al agua con los pies por delante.

Aunque esta entrada se usa más comúnmente en aguas poco profundas, se puede usar de manera efectiva en aguas profundas con el salvavidas pisando el agua o usando la braza para acercarse a la víctima.

Entrada sin cita previa o sin cita previa

Esta entrada debe usarse en entornos de profundidad cero.

El salvavidas debe usar el tubo de rescate mientras sostiene el cable de remolque sobrante para evitar tropezarse o que este cable sobrante se enganche en cualquier cosa al entrar. El salvavidas debe ingresar al agua caminando o corriendo por las aguas poco profundas para hacer contacto con la víctima.

Como se discutió anteriormente, si se sospecha un traumatismo en la columna o si el salvavidas no vio lo que ocurrió y es razonable pensar que la víctima pudo haber sufrido un traumatismo en la columna, entonces el salvavidas debe entrar y acercarse caminando para no perturbar el agua y posiblemente causar más daño a la víctima.



Rescates acuáticos

Los rescates acuáticos pueden presentarse de muchas formas y pueden ocurrir en cualquier momento. Los salvavidas siempre deben estar preparados y esperando que ocurra una emergencia.

tubo de rescate

El tubo de rescate de salvavidas debe usarse en todo momento cuando esté de servicio y sea responsable de la vigilancia del cliente y, posiblemente, de la respuesta de emergencia. Para usar correctamente un tubo de rescate, el salvavidas debe pasar un brazo y la cabeza a través de la correa de modo que la correa quede en dirección diagonal sobre el pecho del salvavidas.

Los tubos de rescate están disponibles:

- en una variedad de colores de alta visibilidad (es decir, rojo, naranja, amarillo, azul brillante, etc.)
- en una variedad de tamaños, siendo los más comunes 40 "y 50" en varios materiales flotantes, siendo el más común la espuma densa de celda cerrada

Los tubos de rescate:

- proporcionar suficiente flotabilidad tanto para el socorrista como para la víctima
- ayudar a calmar a una víctima en pánico una vez que pueda agarrar el tubo de rescate
- proporcionar una barrera entre el salvavidas y la víctima para evitar que una víctima aterrorizada agarre al salvavidas

Un socorrista nunca debe entrar al agua para ejecutar un rescate sin usar correctamente el tubo de rescate.

Recuerda siempre, es vital que el socorrista active el EAP antes de entrar al agua para ejecutar un rescate y/o tomar contacto con alguna víctima.



Contacto y Control

En términos generales, cuando un socorrista se pone en contacto con una víctima, el tubo de rescate proporciona un cierto nivel de comodidad a la víctima y puede ayudar a mitigar los comportamientos de una víctima en pánico. Es importante que el socorrista se proteja a sí mismo de un ataque de pánico. víctima: el tubo de rescate siempre debe mantenerse entre el salvavidas y la víctima y usarse como barrera para ayudar a prevenir una víctima en pánico de poder agarrar a un salvavidas que se acercaba. Si una víctima puede alcanzar y agarrar a un salvavidas, el tubo debe retirarse inmediatamente de la cabeza y el brazo del salvavidas, empujarse hacia la víctima y el salvavidas debe alejarse nadando de ella. la víctima en pánico. Dejar el tubo de rescate con la víctima en pánico la mantendrá a flote hasta que el salvavidas pueda volver a acercarse. y contactar con seguridad a la víctima.



víctima activa

Una víctima activa es consciente. Él o ella puede ser un nadador cansado o una persona que se está ahogando activamente, luchando por mantener la cabeza fuera del agua. La víctima podría estar tragando agua.

Las víctimas activas pueden presentar uno o más de los siguientes signos:

- Los brazos se agitan a los lados del cuerpo y causan salpicaduras, pero no son efectivos para mantener la flotabilidad.
- Jadeando por aire en la superficie del agua.
- Poca o ninguna patada.
- Incapaz de saludar, llamar o señalar de otra manera que necesita ayuda, ya que está completamente consumido con la supervivencia y la obtención de aire.

Rescate frontal activo de víctimas

El rescate frontal activo de la víctima es la técnica adecuada para un nadador angustiado o cansado o para una víctima que podría haberse movido más allá de estar simplemente cansada o angustiada pero que aún no ha comenzado a entrar en pánico. Para realizar el rescate frontal activo de la víctima, el socorrista debe: Activa PAE. El rescatista ingresa al agua usando la bala de cañón o el salto de zancada y se acerca a la víctima con el crol frontal o la braza manteniendo el tubo alto y ajustado a través de su pecho y debajo de sus axilas. Antes de llegar a la víctima (y al menos a un brazo de distancia de la víctima), el rescatista debe comenzar a empujar el tubo de rescate hacia la víctima pidiéndole que lo sujete con ambas manos. El rescatista debe continuar empujando el tubo de rescate en el pecho de la víctima y comenzar a patear para mover a la víctima al costado de la piscina para salir o para la extracción asistida. La víctima debe seguir sujetando el tubo de rescate con ambas manos/brazos.



1



2

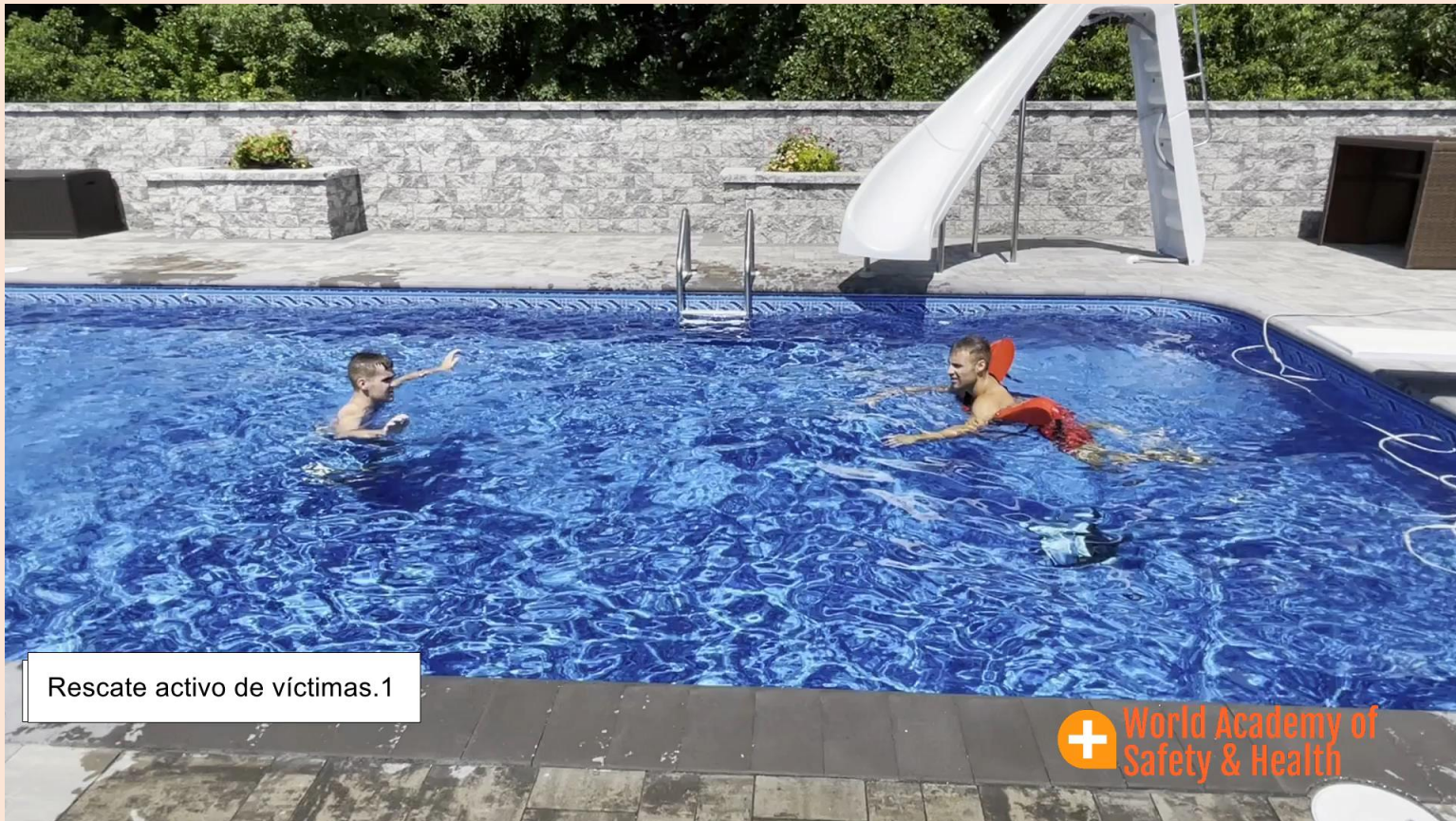


3



4





Rescate activo de víctimas.1

Rescate trasero activo de víctimas

Es más apropiado utilizar el rescate trasero en víctimas de ahogamiento activo que parecen estar en estado de pánico.

Para realizar el rescate trasero, el socorrista:

- Activa PAE.
- use el estilo crol o la braza, con el tubo de rescate alto y ajustado a través del pecho y debajo de las axilas, para acercarse a la víctima.
- nade hasta la parte trasera de la víctima justo antes de estar a la distancia de los brazos de la víctima (recuerde: la víctima no podrá girar ni dar vueltas en el agua cuando se le acerque por la parte trasera).
- nade hacia la espalda de la víctima hasta que el tubo de rescate esté contra la espalda de la víctima justo debajo del nivel de la línea de los hombros mientras permanece debajo de las axilas del salvavidas.
- coloque cada brazo debajo de cada brazo correspondiente de la víctima:

el brazo derecho debajo del brazo derecho y el brazo izquierdo debajo del brazo izquierdo, asegurándose de que los codos del salvavidas estén directamente debajo de las axilas de la víctima.

Las manos del salvavidas pueden estar en una de tres posiciones:

- colocado en la parte delantera de los hombros de la víctima.
- una de las manos del salvavidas se puede colocar en la parte delantera del hombro de la víctima mientras que la otra mano se suelta para usarla para acariciar lateralmente a la víctima por el borde de la piscina.
- se puede cambiar la posición de un brazo para que alcance la parte superior de uno de los hombros de la víctima y se extienda debajo de la axila de la víctima desde el frente y luego agarre el tubo de rescate desde esa posición. La otra mano puede soltarse para acariciar lateralmente a la víctima hacia el borde de la piscina.
- intente calmar a la víctima hablándole, diciéndole su nombre, explicándole lo que está sucediendo y diciéndole exactamente lo que va a hacer a continuación.
- inclínese hacia atrás mientras arrastra a la víctima con usted hasta que esté recostada boca arriba sobre el tubo de rescate. El tubo de rescate aún debe estar alto sobre el pecho del salvavidas mientras la víctima está recostada sobre él (el salvavidas puede considerar usar una patada de tijera o una patada de batidor de huevos para ayudar a obtener suficiente palanca para poder colocar a la víctima boca arriba). del tubo de rescate).
- nadar a la víctima al lado de la piscina para la extracción del agua.

1



2



3



4



5



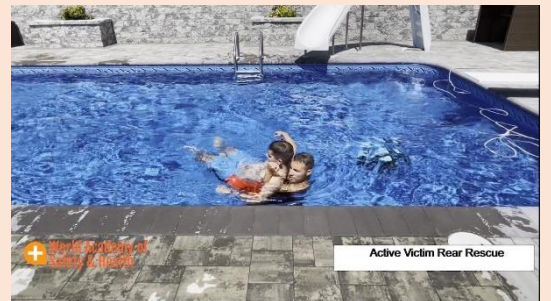
6



7



8



Active Victim Rear Rescue



Rescate trasero de víctimas.1



Victima Pasiva

Una víctima pasiva está inconsciente y puede estar boca abajo en el agua o debajo de la superficie del agua en la columna de agua o en el fondo.

El salvavidas debe recordar que si él o ella no fue testigo de que la víctima se volvía pasiva o se sumergía, el salvavidas debe asumir que se ha producido una lesión en la columna y tratar a la víctima como tal (consulte el Capítulo 11).

Si el salvavidas vio que la víctima se volvía pasiva, usará una de las entradas discutidas anteriormente y se acercará a la víctima usando el estilo crol o la braza con el tubo de rescate apretado y alto debajo de las axilas.

Los salvavidas tienen dos opciones cuando realizan un rescate en una víctima pasiva que no sufre un posible traumatismo en la columna.

Rescate posterior pasivo de víctimas

Aunque el rescate trasero se puede realizar en cualquier profundidad de agua, se realiza más fácilmente en aguas poco profundas a una profundidad en la que el salvavidas pueda pararse cómodamente. Al realizar el rescate trasero, el socorrista:

- Activa PAE.
- Use el estilo crol o la braza, con el tubo de rescate apretado y alto debajo de las axilas, para acercarse a la víctima.
- El socorrista tiene dos técnicas entre las que elegir a la hora de realizar un rescate pasivo de víctimas:

Opción 1

El salvavidas debe nadar, ya sea de braza o estilo crol, hasta un lugar adyacente y lo suficientemente cerca de la víctima para que el salvavidas pueda colocar su cadera contra la cadera de la víctima boca abajo.

El salvavidas alcanzará la espalda de la víctima boca abajo solo con el brazo del salvavidas que esté más cerca de la víctima. Coloque este brazo debajo de la axila de la víctima más alejada del salvavidas.

El salvavidas colocará el tubo de rescate, al mismo tiempo que cruza la espalda de la víctima, entre el pecho del salvavidas y la espalda de la víctima.

El salvavidas colocará el brazo más alejado de la víctima debajo de la axila de la víctima que esté más cerca del salvavidas.

El salvavidas deberá caminar o nadar, usando solo las piernas, hacia adelante con la víctima en la misma dirección que apunta la cabeza de la víctima. Al mismo tiempo, el salvavidas deberá hacer rodar a la víctima hasta colocarla boca arriba sin interrumpir su movimiento hacia adelante con la víctima.

El tubo de rescate debe estar situado a lo largo de la espalda de la víctima, justo debajo de los hombros.

Opcion 2

El salvavidas debe nadar hacia la víctima utilizando la braza o crol y el tubo de rescate alto y ajustado a través del pecho y debajo de las axilas.

El salvavidas se acercará a la víctima desde atrás, nadando sobre la espalda de la víctima hasta que el tubo de rescate esté entre el pecho del salvavidas y la espalda de la víctima, justo debajo de la línea de los hombros de la víctima.

El socorrista colocará ambos brazos bajo las correspondientes axilas de la víctima.

El salvavidas debe nadar hacia adelante, en la misma dirección en la que apunta la cabeza de la víctima, mientras simultáneamente gira a la víctima para colocarla boca arriba.

Independientemente de la técnica de rescate que elija utilizar el socorrista, se debe abrir inmediatamente la vía aérea de la víctima y comprobar su respiración. Si es necesario, el salvavidas debe proporcionar 2 respiraciones iniciales de rescate mientras la víctima aún está en el agua y colocada boca arriba en el tubo de rescate (se analiza en detalle más adelante en este capítulo). Se debe sacar a la víctima del agua lo antes posible y se debe continuar con la atención de emergencia adecuada en la cubierta de la piscina.



 World Academy of
Safety & Health

Rescate posterior pasivo de víctimas



 World Academy of
Safety & Health

Rescate trasero pasivo de víctimas 2





World Academy of
Safety & Health

Passive Victim



World Academy of
Safety & Health

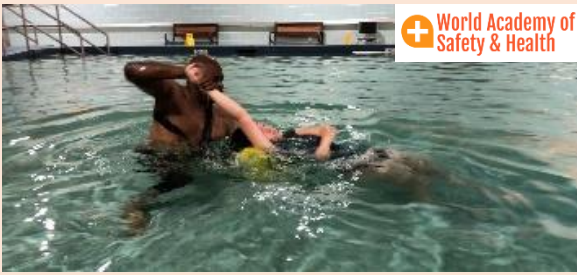
Passive Victim

Rescate Pasivo Frontal de Víctimas

El rescate frontal puede ser una técnica eficaz en aguas poco profundas donde el socorrista puede permanecer cómodamente de pie. Al realizar el rescate frontal de una víctima pasiva, el socorrista:

- Activa PAE.
- El salvavidas utilizará el estilo crol o la braza con el tubo de rescate alto y apretado sobre el pecho y debajo de las axilas para acercarse a la víctima.
- El salvavidas se acercará a la víctima boca abajo desde la parte superior de la cabeza de la víctima.
- El salvavidas extenderá su brazo derecho hacia la muñeca derecha de la víctima (o el brazo izquierdo hacia la muñeca izquierda) y desde la muñeca, jalará a la víctima hacia usted mientras la coloca boca arriba. Mientras completa esta maniobra, use su mano opuesta para empujar el tubo de rescate hacia y debajo de la espalda de la víctima.
- El salvavidas colocará ambos brazos de la víctima sobre la parte superior del tubo de rescate.
- El salvavidas abrirá las vías respiratorias de la víctima y comprobará si respira.
- Si es necesario, el salvavidas debe proporcionar 2 respiraciones de rescate iniciales mientras la víctima todavía está en el agua y colocada boca arriba en el tubo de rescate (se analiza en detalle más adelante en este capítulo).
- Se debe sacar a la víctima del agua lo antes posible y se debe continuar con la atención de emergencia adecuada en la cubierta de la piscina.

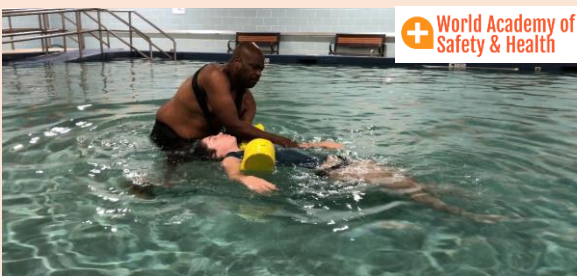
1



2



3



4



5



6



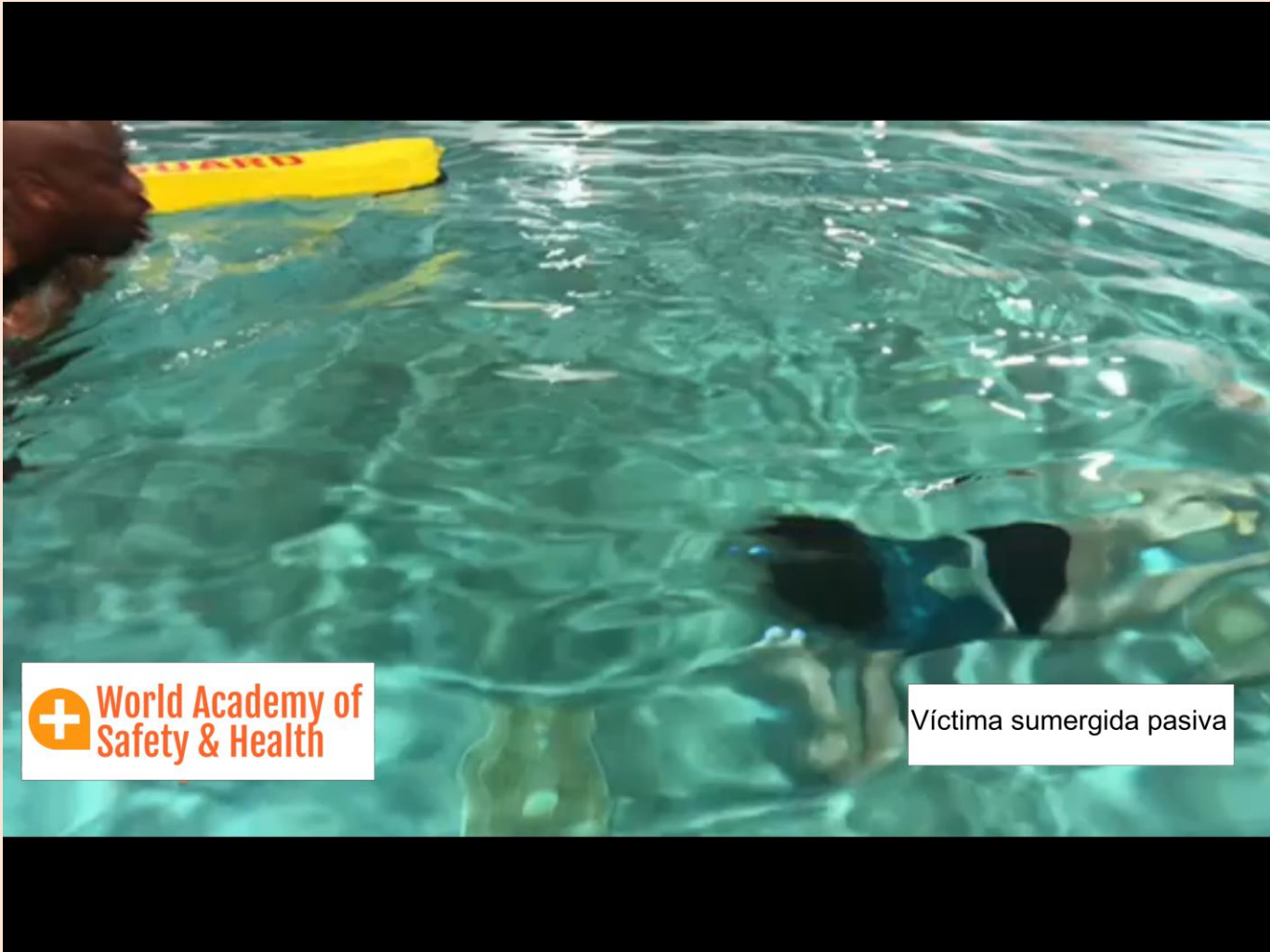


Rescate Pasivo Frontal
de Víctimas

Rescate de víctimas sumergidas

- Activa PAE.
- El salvavidas se acerca a la víctima utilizando el crol frontal o la braza manteniendo el tubo de rescate alto y apretado sobre el pecho y debajo de las axilas del rescatador.
- El salvavidas debe permitir que el tubo de rescate flote en la superficie del agua mientras continúa usando la correa del tubo de rescate mientras se acerca a la posición bajo el agua de la víctima.
- El salvavidas realizará un clavado con los pies por delante o por la cabeza para alcanzar a la víctima en la columna de agua o en el fondo de la piscina.
- El salvavidas deberá pasar un brazo por debajo de una de las axilas de la víctima desde atrás, de modo que la espalda de la víctima quede al ras del pecho del salvavidas y el brazo del salvavidas pueda alcanzar la parte delantera del pecho de la víctima.
- El salvavidas puede optar por empujar el fondo con los pies y/o comenzar a patear para impulsar tanto a la víctima como al rescatador a la superficie del agua. Es probable que esto no sea necesario ya que la flotabilidad del tubo de rescate es suficiente para impulsar tanto a la víctima como al rescatador a la superficie del agua.
- El salvavidas comenzará simultáneamente a alcanzar la línea de remolque del tubo de rescate con la mano de su brazo libre. Una vez que la línea de remolque está en la mano, el rescatista debe comenzar a pasar la línea de remolque a su mano que está sobre el pecho de la víctima.
- El salvavidas deslizará el tubo de rescate entre la espalda de la víctima justo debajo de la línea de sus hombros y el pecho del salvavidas.
- El salvavidas inclinará a la víctima hacia atrás en el tubo (tal como se hizo con una víctima pasiva en la superficie del agua).
- El salvavidas deberá abrir y mantener una vía de aire y proporcionar ventilación en el agua (discutido en detalle más adelante en el capítulo) si es necesario.





 World Academy of
Safety & Health

Víctima sumergida pasiva

Ventilaciones en el agua

Hay momentos en que un salvavidas se encuentra con una víctima pasiva que no responde y que no respira. En estos casos, es crucial ventilar lo antes posible. Si el salvavidas no puede reconocer y extraer a esta víctima en segundos, se deben proporcionar ventilaciones mientras está en el agua.

Se pueden proporcionar ventilaciones en el agua mientras la víctima pasiva que no responde está en el tubo de rescate. Adicionalmente, si el salvavidas coloca a la víctima en un tablero trasero, también se pueden proporcionar ventilaciones una vez que la víctima está completamente inmovilizado en el tablero.

Para proporcionar ventilaciones a una víctima en el agua, el salvavidas debe:

- Asegúrese de que el tubo de rescate esté contra la espalda de la víctima, justo debajo de la línea de los hombros y debajo de las axilas, con los brazos sobre el tubo (Figura C10.24).
- Colóquese en la parte superior de la cabeza de la víctima con la máscara de bolsillo para RCP para asegurarse de que las vías respiratorias estén abiertas para iniciar las ventilaciones.

También se pueden proporcionar ventilaciones en el agua a una víctima de traumatismo espinal de la misma manera que se describió anteriormente (consulte la figura C10.25). Una vez que la víctima está 'empaquetada' en el tablero y, al menos un tubo de rescate, está perpendicular debajo del tablero, el salvavidas debe colocarse en el costado del tablero con una máscara de bolsillo para RCP para garantizar una vía aérea abierta e iniciar ventilaciones.





Victima Múltiple

Este tipo de rescate involucra a 2 o más víctimas de ahogamiento al mismo tiempo. Cada víctima podía ser pasiva o activa o, simplemente, un nadador angustiado o cansado.

La mejor respuesta a múltiples víctimas es tener un salvavidas para cada víctima que entre al agua. Sin embargo, esto no siempre es posible, en particular, en las instalaciones de un guardia. Cuando haya más víctimas que salvavidas para realizar un rescate, el o los salvavidas que respondan, utilizando la técnica de entrada y rescate más apropiada para la circunstancia, deberán:

- activar PAE.
- ayudar a la víctima que se encuentra en mayor peligro. En otras palabras, el socorrista evaluará rápidamente y decidirá cuál de las víctimas necesita atención primero.
- realizar el rescate de la víctima más necesitada.

Si la primera y la segunda víctima están activas, el socorrista debe:

- nadar, con la primera víctima, a la segunda víctima.
- ayudar a la segunda víctima a envolver con sus brazos y piernas el cuerpo de la primera víctima de manera que las víctimas queden cara a cara en el tubo de rescate.
- nadar ambas víctimas al lado de la piscina para la extracción del agua

Si la primera víctima es pasiva, el socorrista debe:

- abrir inmediatamente las vías respiratorias, verificar si respira y proporcionar dos respiraciones de rescate en el agua según sea necesario.
- camine o nade a la víctima hasta el borde de la piscina para extraerla del agua.
- regresar para ayudar a otras víctimas una vez que otros asuman la atención de emergencia de la primera víctimas

Si se determina que ambas víctimas tienen la misma necesidad de asistencia, el salvavidas brindará asistencia primero a la víctima más cercana al salvavidas. Recuerde, una víctima pasiva siempre debe ser rescatada antes que una víctima activa.



El único objetivo de una víctima activa es la supervivencia. Si la víctima está en la etapa de pánico, hará cualquier cosa para mantener la cabeza fuera del agua y respirar. Esto incluye agarrar y sujetar cualquier objeto estacionario y/o persona en el agua. Esto incluye al salvavidas de rescate.

Un salvavidas no puede permitir que la víctima lo agarre y posiblemente se convierta él mismo en una víctima. Por lo tanto, es una práctica estándar para los socorristas de rescate acercarse a una víctima activa que ha alcanzado la etapa de pánico desde atrás para limitar la capacidad de la víctima para agarrar al socorrista.

Habrán momentos, sin importar las precauciones que tome un salvavidas, en que él o ella será agarrado y posiblemente retenido bajo el agua por una víctima activa de ahogamiento presa del pánico. En estos casos, es vital que el socorrista esté muy bien versado en la realización de maniobras de escape de la víctima tanto por la parte trasera como por la delantera.

Cada vez que una víctima agarra a un salvavidas, su reacción inicial y su primera acción deben ser inmediatas. Si no lleva un tubo de rescate, el socorrista debe:

- 1.) Meta su barbilla contra su pecho
- 2.) Sumergirse en el agua empujándose hacia arriba con ambas manos y brazos tantas veces como sea necesario para sumergirse. Es probable que la víctima suelte su agarre en un esfuerzo por regresar a la superficie del agua.
- 3.) Regrese a la superficie y vuelva a acercarse a la víctima desde atrás y ejecute un rescate trasero colocando un brazo sobre la parte superior del hombro de la víctima, sobre el pecho de la víctima y debajo de la axila opuesta. Use un movimiento lateral para mover a la víctima a un lugar seguro.

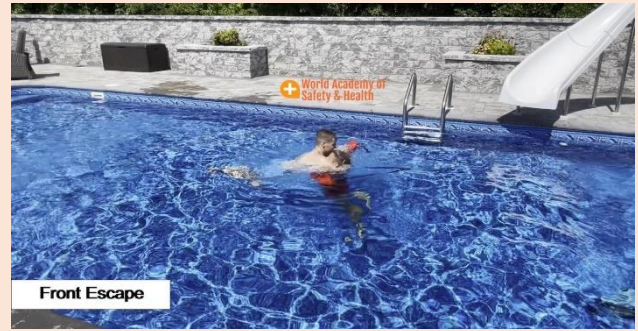
Si usa un tubo de rescate, el socorrista debe:

- 1.) Meta su barbilla contra su pecho
- 2.) Empuje hacia arriba con fuerza los codos de la víctima o aplique presión en los puntos de presión braquial para romper el sujeción de la víctima.
- 3.) Sumergirse a sí mismo.
- 4.) Regrese a la superficie y vuelva a acercarse a la víctima desde atrás y ejecute un rescate trasero colocando un brazo sobre la parte superior del hombro de la víctima, cruzando el pecho de la víctima y debajo de la axila opuesta. Use un movimiento lateral para mover a la víctima a un lugar seguro.

1



2



3



4

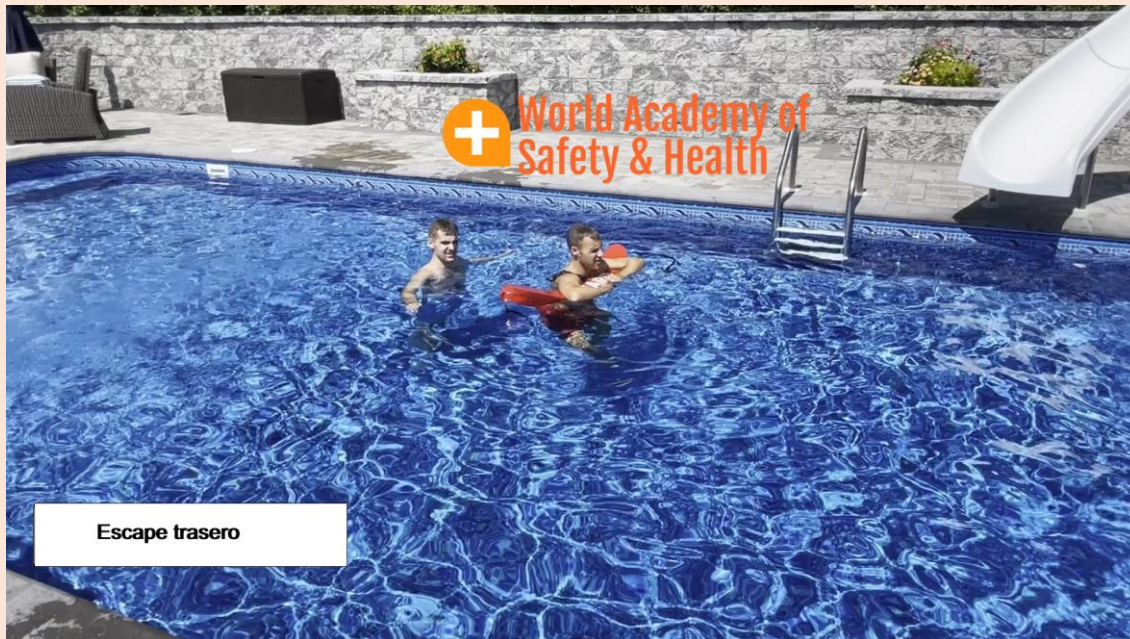
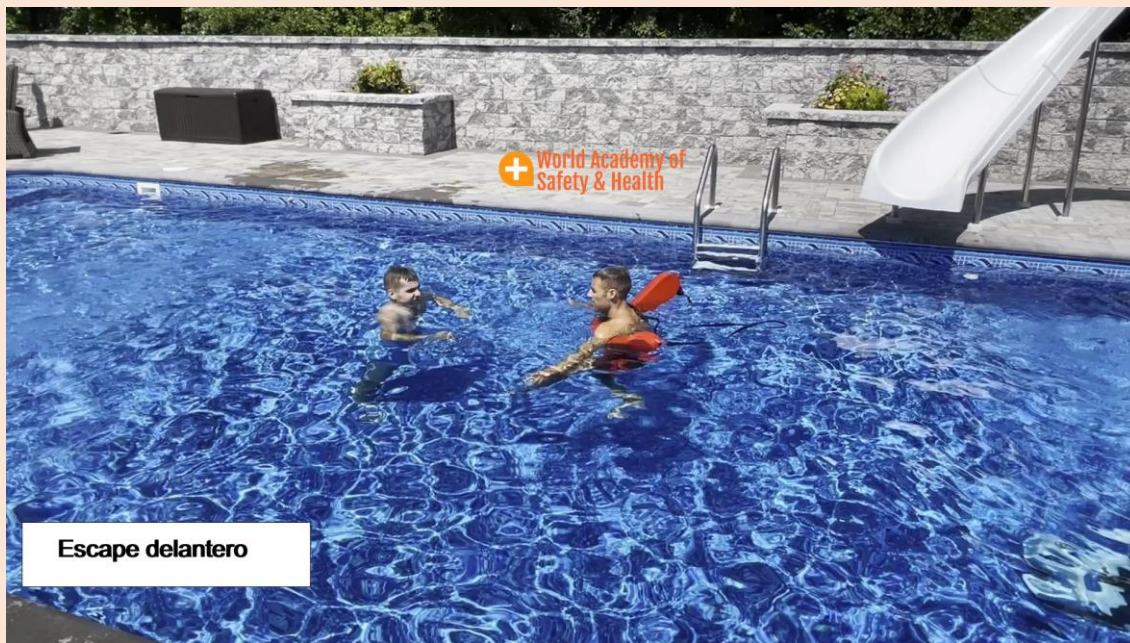


5



6



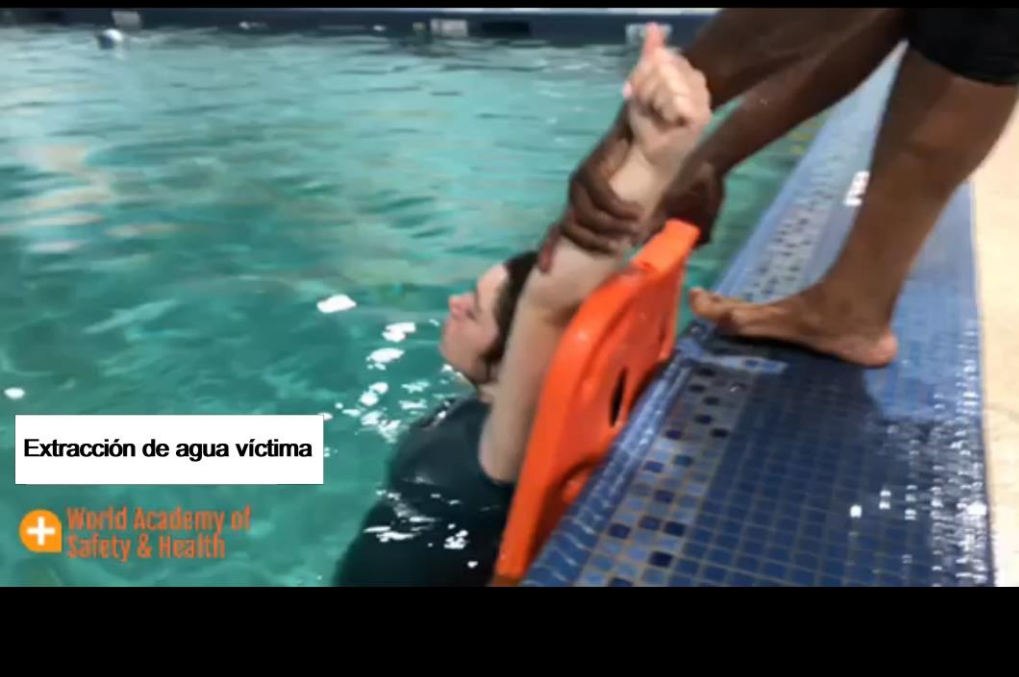


Varios salvavidas están disponibles

- El rescatista principal nada a la víctima hasta el borde de la piscina.
- El(los) rescatista(s) secundario(s) prepara(n) el tablero quitándose el casco y desabrochando las correas.
- Los rescatistas secundarios deslizan el tablero dentro de la piscina en posición vertical, manteniendo los rieles del tablero contra la pared de la piscina y deslizando el "extremo de los pies" del tablero dentro del agua primero.
- El rescatista principal guía a la víctima, primero de espaldas, contra el tablero y, al mismo tiempo, entrega una de las muñecas de la víctima al rescatista secundario en la cubierta de la piscina.
- El(los) rescatista(s) secundario(s) agarra(n) simultáneamente la muñeca de la víctima y tira de la víctima hacia arriba sobre el tablero.
- Los rescatistas secundarios, mientras sostienen la muñeca de la víctima, sacarán el tablero del agua deslizando los rieles por el borde de la piscina.
- El rescatista principal ayuda a sacar a la víctima de la piscina levantando y empujando el tablero desde los pies.

Un salvavidas está disponible

- El salvavidas nada a la víctima hasta el borde de la piscina con la víctima de cara a la pared de la piscina.
- El salvavidas colocará una de las manos de la víctima sobre el borde de la piscina y colocará la segunda mano de la víctima sobre la primera mano.
- El salvavidas colocará la frente de la víctima sobre sus manos.
- El salvavidas colocará firmemente su mano más cercana a la víctima en las manos y muñecas de la víctima, asegurando temporalmente la posición de la víctima.
- El salvavidas deberá usar su mano "libre" para ayudar a salir de la piscina.
- El salvavidas utilizará uno de dos métodos para extraer a la víctima de la piscina:
 - 1.) Obtenga la ayuda de un transeúnte para buscar el tablero. El transeúnte y el salvavidas utilizan el mismo procedimiento que se describe en la sección anterior "Hay varios salvavidas disponibles".
 - 2.) El socorrista deberá, una vez en la cubierta de la piscina y usando su mano "libre", agarrar a la víctima por el traje de baño; tire de la parte inferior del cuerpo de la víctima hacia la cubierta de la piscina mientras protege la cabeza de la víctima; registre rodar el víctima completamente en la cubierta de la piscina.



Extracción de agua víctima

 World Academy of Safety & Health



 World Academy of Safety & Health


Trauma espinal

Capítulo 11

Signos y Síntomas

Se debe sospechar trauma espinal en cualquiera de las siguientes circunstancias:

- Dolor de cabeza, cuello y/o espalda
- Líquidos que salen de la nariz, la boca, los oídos o los ojos
- Entumecimiento y/o debilidad
- Estado alterado de conciencia
- Desequilibrio en sus pies



Los signos y síntomas de un trauma espinal incluyen: dolor de cabeza, cuello y espalda; entumecimiento o debilidad; incapacidad para moverse con normalidad; estado alterado de conciencia; fluidos provenientes de la nariz, oídos, ojos, boca; exhibe confusión, mareos y/o desequilibrio en sus pies.



¿Retrocedemos? ¿Usamos cuello C? ¿Solo usamos estabilización manual en línea?

Línea de fondo

Utilice siempre la estabilización manual en línea tanto en el agua como en tierra para cualquier sospecha de traumatismo espinal (técnicas y procedimientos que se analizan más adelante en este capítulo).

Solo coloque en la espalda a una víctima de un presunto traumatismo espinal cuando así lo requiera la dirección médica local. Participe en capacitación adicional en el servicio utilizando el equipo, las instalaciones, los protocolos locales y los protocolos de las instalaciones para víctimas de traumatismos en la columna.

El manejo efectivo de una víctima de una lesión en la columna puede ser aterrador. Es importante que el salvavidas recuerde que siempre que la víctima tenga pulso, respire y no sufra ninguna otra lesión que ponga en peligro su vida inmediatamente, los salvavidas y otros rescatistas deben tomarse su tiempo para asegurarse de que no haya movimientos repentinos o erráticos de la víctima. la víctima y que la estabilización en línea se mantiene constantemente.

Citando las últimas investigaciones, muchos profesionales médicos, servicios de emergencias médicas, directores médicos y otros tanto en la profesión médica como en los servicios de emergencia ahora sugieren no colocar a la víctima en la espalda cuando se sospecha de un traumatismo espinal.

En cambio, sugieren mantener la estabilización en línea y aplicar un collarín cervical a las víctimas de traumatismos en la columna.



Las instalaciones acuáticas deben coordinar con los SEM locales el protocolo de atención a las víctimas de trauma espinal.

Agarre cabeza-barbilla-pecho

Esta técnica se realiza más fácilmente en agua en la que el socorrista pueda ponerse de pie. Sin embargo, también se puede usar en aguas profundas con algunos ajustes en la técnica.

Active el EAP y luego acérquese a la víctima de trauma espinal boca abajo usando braza o paleta de perrito con el tubo de rescate alto y ajustado a través de su pecho. A partir de aquí el socorrista puede elegir entre dos técnicas diferentes para realizar el Agarre Cabeza-Mentón-Pecho:

- Retire el tubo de rescate. Acérquese a la víctima boca abajo desde un lado. Coloque un brazo encima y recto hacia abajo de la espalda de la víctima (asegúrese de estar situado lo suficientemente cerca de la víctima para permitir que su brazo esté completamente recto y no en ángulo hacia la espalda de la víctima). Coloque su mano detrás de las orejas de la víctima y agarre los huesos occipitales.

Coloque su otro brazo debajo del brazo de la víctima que esté más cerca de usted. A continuación, coloque su brazo directamente hacia abajo en el centro del pecho de la víctima (nuevamente, asegúrese de estar lo suficientemente cerca de la víctima para permitir que su brazo esté completamente recto y no inclinado hacia el pecho de la víctima). Coloque su mano sobre la mandíbula inferior de la víctima, teniendo cuidado de no tapan las vías respiratorias ni colocar su mano sobre la garganta de la víctima.

Su mano debe sujetar firmemente la mandíbula inferior y los huesos occipitales de la víctima para no permitir el movimiento de la cabeza o el cuello. Además, su brazo debe aplicar la misma presión en el pecho y la espalda de la víctima para no permitir el movimiento de la columna/espalda de la víctima.

Mientras mantiene el agarre cabeza-mentón-pecho descrito anteriormente, nade debajo de la víctima y suba por el lado opuesto de la víctima. Esto permitirá que la víctima también esté boca arriba y de espaldas en el agua.

Si se realiza en aguas profundas, esta técnica solo debe ser utilizada por salvavidas que sean nadadores altamente competentes y puedan mantenerse a flote durante minutos, usando solo las piernas, mientras realizan la técnica y mantienen tanto su cabeza como la cabeza de la víctima por encima. agua hasta que llegue un refuerzo para ayudar.

- Acuerdo con el tubo de rescate puesto, alto y apretado sobre el pecho, acérquese a la víctima por la parte trasera. Alinee su cadera con la cadera de la víctima mientras mira en la misma dirección. Mientras usa el tubo de rescate para flotar, coloque su brazo más cerca de la víctima encima y directamente hacia abajo de la espalda de la víctima (asegúrese de estar lo suficientemente cerca de la víctima para permitir que su brazo esté completamente recto y no en ángulo hacia abajo de la víctima). Coloque su mano detrás de las orejas de la víctima y agarre los huesos occipitales.

Coloque su otro brazo debajo del brazo de la víctima que esté más cerca de usted. A continuación, coloque su brazo directamente hacia abajo en el centro del pecho de la víctima (nuevamente, asegúrese de estar lo suficientemente cerca de la víctima para permitir que su brazo esté completamente recto y no en ángulo hacia abajo del pecho de la víctima). Coloque su mano sobre la mandíbula inferior de la víctima, teniendo cuidado de no tapan las vías respiratorias ni colocar su mano sobre la garganta de la víctima.

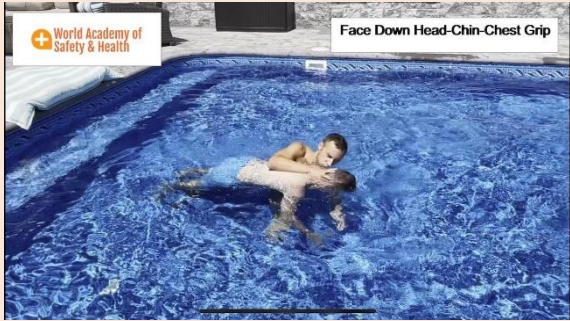
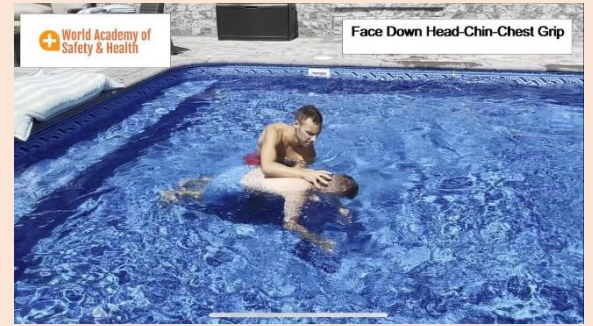
Sus manos deben sujetar firmemente la mandíbula inferior y los huesos occipitales de la víctima para no permitir el movimiento de la cabeza o el cuello. Además, sus brazos deben aplicar la misma presión sobre el pecho y la espalda de la víctima para no permitir el movimiento de la columna/espalda de la víctima.

Mientras mantiene el agarre cabeza-mentón-pecho descrito anteriormente, haga rodar a la víctima hasta que quede boca arriba en el agua.



Agarre cabeza-barbilla-pecho boca arriba
en aguas poco profundas



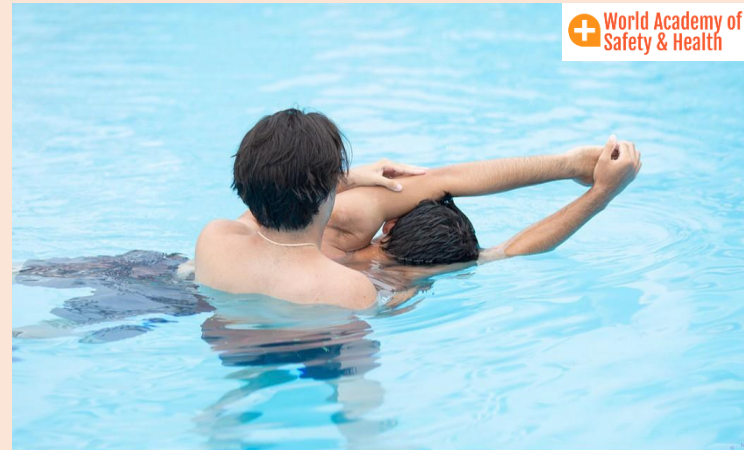


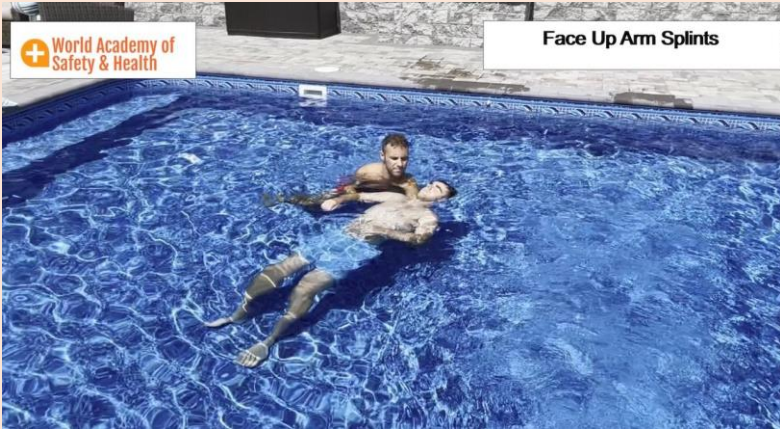
férulas de brazo

Esta técnica se usa más fácilmente en aguas que no superan el pecho del salvavidas.

Para realizar con eficacia esta habilidad, el salvavidas debe:

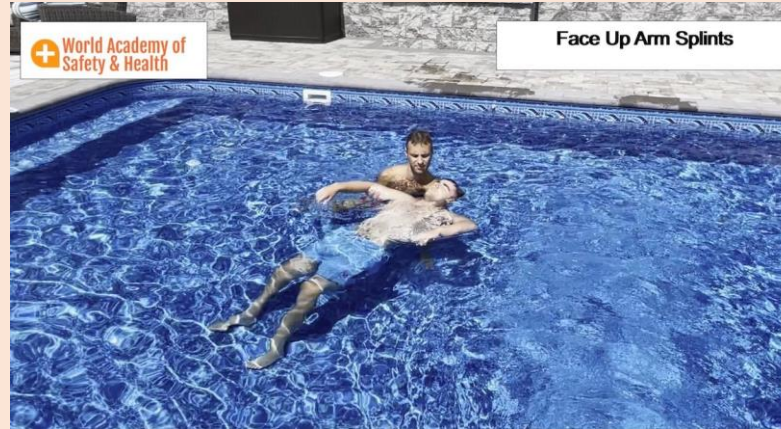
- activar el PAE.
- acérquese a la víctima ya sea usando la braza o caminando, teniendo cuidado de limitar cualquier perturbación en el agua.
- alinee la cadera más cercana a la víctima cerca de la cadera de la víctima.
- use el brazo más cercano a la víctima para agarrar el brazo externo de la víctima más alejado del salvavidas cerca del bíceps mientras usa simultáneamente el brazo más alejado de la víctima para agarrar el brazo externo de la víctima más cercano al salvavidas cerca del bíceps.
- mueva simultáneamente los brazos de la víctima hacia arriba junto a la cabeza de la víctima para que los bíceps de la víctima estén contra las orejas de la víctima.
- aplique presión en ambos brazos de la víctima para inmovilizar la cabeza y el cuello. Esta presión debe ser firme y uniformemente distribuida a ambos lados de la cabeza de la víctima.
- con un movimiento fluido, haga rodar a la víctima hacia usted y colóquela boca arriba.
- Camine lenta y suavemente alrededor de la piscina en la dirección en la que apunta la cabeza de la víctima mientras realiza toda esta habilidad y después de que la víctima esté boca arriba. Esto ayudará a que la parte inferior del cuerpo de la víctima permanezca flotante y flote cerca de la superficie del agua, lo que mantendrá todo el cuerpo de la víctima más aerodinámico.





+ World Academy of Safety & Health

Face Up Arm Splints



+ World Academy of Safety & Health

Face Up Arm Splints



+ World Academy of Safety & Health

Face Up Arm Splints



+ World Academy of Safety & Health

Face Up Arm Splints



+ World Academy of Safety & Health

Face Up Arm Splints





Transporte estable sentado

Esta técnica se usa más fácilmente en aguas que no superan la cintura del salvavidas.

Para realizar con eficacia esta habilidad, el salvavidas debe:

- activar el PAE.
- acérquese a la víctima ya sea usando la braza o caminando, teniendo cuidado de limitar cualquier perturbación en el agua.
- acercarse a la víctima por detrás.
- coloque el brazo más cercano a la víctima debajo de la axila de la víctima más alejada del salvavidas.
- coloque el brazo más alejado de la víctima debajo de la axila de la víctima más cercana al salvavidas.
- los brazos deben estar lo suficientemente lejos debajo de las axilas de la víctima para permitir que las palmas de las manos del salvavidas lleguen a los oídos de la víctima para proporcionar estabilización manual en línea.
- Una vez que los brazos del salvavidas estén completamente debajo de las axilas de la víctima y las manos del salvavidas proporcionen estabilización manual en línea, el salvavidas debe levantar a la víctima para que su espalda quede al ras contra el pecho del salvavidas.
- mientras está de frente a la víctima, un segundo rescatista levanta ambas piernas de la víctima por detrás de las rodillas y empuja a la víctima contra la espalda del primer rescatista mientras el primer rescatista saca a la víctima del agua.

Esta técnica se usa fácilmente con una víctima de trauma espinal en tierra que está sentada, de pie o acostada en posición prona.

Víctima(s) de Traumatismo Espinal

Los siguientes son un conjunto generalizado de procedimientos para backboarding. Están diseñados para proporcionar una comprensión amplia de los objetivos del backboarding en diversas situaciones y entornos. El diseño, los protocolos y las técnicas de cada instalación son diferentes y la dirección médica local y los protocolos de EMS pueden diferir de una jurisdicción a otra. Por estas razones, es vital que un salvavidas reciba capacitación adicional en el servicio de su empleador en función de los procedimientos y técnicas específicos del empleador, así como de la dirección médica local y los protocolos locales de EMS.

El objetivo general de hacer retroceder a una víctima de trauma espinal en el agua es la capacidad de extraer a esta persona de la piscina sin causarle lesiones adicionales. Hay muchas técnicas que se utilizan para respaldar eficazmente a una víctima. Todas las técnicas se basan en el mismo conjunto de principios y los pasos detallados específicos dependen de las circunstancias:

- Mantener la estabilización en línea de la cabeza, el cuello y la espalda de la víctima.
- El tablero se coloca debajo de la víctima y se levanta hacia la víctima.
- Se utilizan una o más correas para la espalda, almohadillas para la cabeza y correas para la cabeza.
- Extracción de la piscina de forma segura y eficaz.

La circunstancia más deseable es tener al menos cuatro rescatistas capacitados disponibles cuando se maneja una situación en la que una víctima de un traumatismo espinal debe ser transportada por la espalda.



 World Academy of
Safety & Health

Respaldo sin profundidad



 World Academy of
Safety & Health

Tablero vertical en tierra

No es suficiente que los salvavidas completen un curso de certificación o recertificación cada 1 o 2 años. Los salvavidas deben participar en el desarrollo profesional continuo y la capacitación en el servicio en la instalación acuática para la que proporcionarán cobertura de salvavidas.

La capacitación regular y rutinaria en el servicio garantiza que los salvavidas estén física y mentalmente preparados para responder adecuadamente durante una emergencia. Los temas de capacitación en servicio deben ser variados y también deben abordar las preocupaciones específicas de las instalaciones. Sobre todo, las habilidades de rescate de los socorristas deben mantenerse afiladas.

En servicio debe abordar, como mínimo, lo siguiente:

- Aprendiendo y practicando el EAP
- Normas y reglamentos de las instalaciones
- Técnicas preventivas de socorrismo
- Actualización de las habilidades aprendidas en el
- curso de certificación de salvavidas/RCP/AED/primeros auxilios
- Gestión global de riesgos
- Documentación de las instalaciones y procedimientos administrativos
- Revisión de los requisitos locales, estatales y federales de los salvavidas
- Estándares de la industria para socorristas, personal e instalaciones acuáticas

Instalaciones con Un Socorrista

Es vital para un salvavidas que puede encontrarse trabajando solo en una piscina o instalación saber cómo manejar una emergencia de manera efectiva en ausencia de una cobertura de respaldo capacitada. A lo largo de este manual y el programa de certificación de salvavidas WASH, se incluyen habilidades y conocimientos de contenido que abordan escenarios de un salvavidas. Las “reglas generales” generales para los socorristas que trabajan solos incluyen:

- Active siempre el EAP antes de responder a una emergencia
- Solicite la ayuda de los transeúntes cuando esté disponible.
- Si es posible, estabilice a la víctima y espere la llegada de EMS

Instalaciones con Características Especiales



- Almohadilla de salpicaduras
- Trampolín
- Deslizar
- Río lento
- rollo de registro

Las características especiales deben inspeccionarse diariamente para garantizar que funcionen correctamente y que no representen un riesgo para los usuarios debido a problemas o inquietudes operativas. Cualquier característica que no funcione como está diseñada y/o tenga otros problemas relacionados con el mantenimiento debe cerrarse inmediatamente para los usuarios. No se debe reabrir hasta ya menos que se hayan completado e inspeccionado las reparaciones necesarias. Los socorristas también deben permanecer atentos durante las horas de funcionamiento e informar cualquier mal funcionamiento; mal funcionamiento percibido; piezas o equipos sueltos, rotos, perdidos o gastados; ruidos inusuales o cambios en la forma en que funciona la función, incluidos picos de tensión o cortes de energía y problemas de suministro o flujo de agua.

La instalación debe tener una lista de verificación de seguridad que sea específica para cada agua o característica especial de la propiedad. Estas listas de verificación deben completarse cada vez que se inspeccione la función. Deben estar firmados y fechados por la persona que realiza la inspección y archivados en la oficina de administración. Por supuesto, cualquier problema debe informarse de inmediato a la gerencia y la función debe cerrarse para los usuarios.

Se debe prestar atención adicional a la mejor manera de ubicar al personal de salvavidas en las características especiales. Como mínimo, debe haber al menos un salvavidas en la parte superior e inferior de cualquier tobogán; los salvavidas están ubicados estratégicamente a lo largo de todo el camino de cualquier característica tipo río lento; al menos un salvavidas en la parte profunda y al menos un salvavidas en la parte poco profunda de cualquier característica de múltiples profundidades; no hay puntos ciegos en las áreas de cobertura; la cobertura de respaldo se logra fácilmente.

En términos generales, al considerar el posicionamiento de los socorristas, el personal de gestión acuática debe garantizar:

- Al menos un socorrista con acceso inmediato y fácil al botón de apagado de emergencia para cada característica especial
- Ninguna parte del agua en cualquiera de las características especiales queda sin vigilancia y no hay puntos ciegos en el agua .
- Todos los socorristas que trabajan en la misma función especial tienen un método de comunicación fiable y eficaz entre ellos, además de las señales de silbato. Idealmente, todos los socorristas de la instalación comparten el mismo método de comunicación y tienen la capacidad de comunicarse con cualquier otro miembro del personal de la instalación.

References:

1. American College of Surgeons Committee on Trauma. *Advanced Trauma Life Support*, 7th ed. Chicago: American College of Surgeons, 2007.
2. Association for Experiential Education. <https://www.aee.org/>.
3. Bart R. and Lau H. 2021. Shallow Water Blackout. Available: [Shallow Water Blackout - StatPearls - NCBI Bookshelf \(nih.gov\)](#).
4. Boyd C, Levy A, McProud T, Huang L, Ranases E, Olson C., Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Fatal and nonfatal drowning outcomes related to dangerous underwater breath-holding behaviors - New York State, 1988-2011. *MMWR Morb Mortal Wkly Rep*. 2015 May 22;64(19):518-21.
5. Calvert, Deb. Six preferred learning styles for adults-Adapt your message for a better response. Web-based Managing Americans. Available at: <http://www.managingamericans.com/Workplace-Communication-Skills/Success/Six-preferred-learning-styles-for-adults-424.htm>
6. Centers for Disease Control and Prevention. 2015. Fatal and Nonfatal Drowning Outcomes Related to Dangerous Underwater Breath-Holding Behaviors – New York State, 1988-2011. Available: [Fatal and Nonfatal Drowning Outcomes Related to Dangerous Underwater Breath-Holding Behaviors — New York State, 1988–2011 \(cdc.gov\)](#).
7. Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Injury Prevention and Control. Web-based Injury Statistics Query and Reporting System (WISQARS) [online]. [cited 2012 May 3]. Available from: URL: <http://www.cdc.gov/injury/wisqars>.
8. CDC. Wide-ranging online data for epidemiologic research (WONDER). Atlanta, GA: CDC, National Center for Health Statistics; 2016. Available at <http://wonder.cdc.gov>.
9. Conner E. and Hawnwan P. 2020. Prehospital Use of Cervical Collars. Web-based EMSWorld Print Online Expo [online]. [cited 2020 February 28]. Available at: <https://www.emsworld.com/1223899/ce-article-prehospital-use-cervical-collars>
10. Ham W, et al. Pressure Ulcers From Spinal Immobilization in Trauma Patients: A Systematic Review. *J Trauma Acute Care Surg*, 2014; 76(4): 1,131–41.

References:

11. Hauswald M, Ong G, Tandberg D, Omar Z. Out-of-hospital spinal immobilization: its effect on neurologic injury. *Acad Emerg Med*, 1998; 5(3): 214–9.
12. Malvik, Callie. 2020. 4 Types of Learning Styles: How to Accommodate a Diverse Group of Students. First published in 2018. Available at: <https://www.rasmussen.edu/degrees/education/blog/types-of-learning-styles/>.
13. March J, et al. Changes In Physical Examination Caused by Use of Spinal Immobilization. *Prehosp Emerg Care*, 2002; 6(4): 421–4.
14. Pia F. 1984. The RID factor as a cause of drowning. First published in *Parks & Recreation*, June: 52-67. Available: www.pia-enterprises.com/RID.pdf.
15. Totten VY, et al. Respiratory Effects of Spinal Immobilization. *Prehosp Emerg Care*, 1999; 3(4): 347–52.
16. University of California Davis (UC Davis). (2011). 5-step experiential learning cycle definitions. https://www.experientiallearning.ucdavis.edu/module1/el1_40-5step-definitions.pdf.
17. White CC et al. EMS Spinal Precautions and the Use of the Long Backboard – Resource Document to the Position Statement of the National Association of EMS Physicians and the American College of Surgeons Committee on Trauma. *Prehosp Emerg Care* 2014; 18(2): 306 – 14.
18. Wurdinger, S.D., & Carlson, J.A. (2010). *Teaching for experiential learning: Five approaches that work*. Lanham, MD: Rowman & Littlefield Education.

www.lifeguardcertifications.com
1-833-454-8273
admin@lifeguardcertifications.com
Lunes-Viernes 9:00am-5:00pm ET



World Academy of
Safety & Health