



**GUARD**

**SALVAVIDAS  
V.2021**

**INSTRUCTOR  
MANUAL**





# Manual del instructor de socorristas , versión 2021

## Objetivo:

Este Manual del instructor de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH), versión 2021, tiene como único fin brindar orientación e información sobre la impartición y administración de los cursos de capacitación para la certificación de salvavidas de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH). Toda la información contenida en este manual está sujeta a cambios en cualquier momento, por cualquier motivo y sin previo aviso. Todas las actualizaciones, cambios, alteraciones y nuevas ediciones se publicarán en [www.lifeguardcertifications.com](http://www.lifeguardcertifications.com).

## Notificación de derechos:

Ninguna persona o empresa puede reproducir o transmitir en su totalidad, en ninguna parte ni en ningún formato de este Manual del instructor de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH), v.2021 y/o producir cualquier tipo de trabajo derivado de ninguna parte de este Manual del instructor de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH), v.2021. sin el permiso expreso por escrito de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH).

Terceros (incluidos los instructores autorizados de WASH y los ATC) no pueden colocar ni incrustar este Manual del instructor, v.2021 en ningún otro sitio web.

Los instructores y los centros de capacitación autorizados (ATC) reconocen y aceptan estar legalmente obligados por el contrato de instructor autorizado y centro de capacitación autorizado (ATC) de WASH. La edición más reciente de las Pautas de garantía de calidad, el Manual del instructor, v.2021, y el Manual del estudiante, v.1 se emitieron al momento de la firma del Contrato de instructor autorizado y centro de capacitación autorizado (ATC) de WASH y cualquier nueva edición de estos documentos se publicará en: [www.lifeguardcertifications.com](http://www.lifeguardcertifications.com).

## Marcas comerciales, propiedad y derechos de autor:

Los logotipos, imágenes y fotografías, gráficos y tablas de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH), y todo el resto del contenido de este Manual del Instructor, v.2021 son propiedad de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH). Algunos o todos los logotipos, imágenes y fotografías, gráficos y tablas pueden ser marcas comerciales y son propiedad de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH).

## Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH)

Apartado Postal 311

Riderwood, Maryland 21139

1-800-484-0419

Correo electrónico: [admin@lifeguardcertifications.com](mailto:admin@lifeguardcertifications.com)

Web: [www.lifeguardcertifications.com](http://www.lifeguardcertifications.com)

ISBN: 979-888627704-3

Derechos de autor © 2021 Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH)

Todos los derechos reservados. Impreso en EE.UU.

Publicado por [Jefferson Marketing Group](http://Jefferson Marketing Group)



## Descargo de responsabilidad

La Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) ha hecho todos los esfuerzos razonables para garantizar que el contenido de este Manual del Instructor, v.2021 sea preciso, esté actualizado y se ajuste a las recomendaciones y los estándares de la industria más recientes al momento de su publicación. La información y los datos científicos y médicos pueden cambiar con frecuencia. Las recomendaciones médicas, a su vez, pueden actualizarse para reflejar esta información y estos datos más recientes. Además del ciclo regular de revisión y actualización del programa y el plan de estudios cada 5 años, el Manual del Instructor de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH), v.2021, se actualizará con la frecuencia que sea necesaria en función de los cambios en las recomendaciones médicas. Todas las actualizaciones se publicarán en: [www.lifeguardcertifications.com](http://www.lifeguardcertifications.com).

Cada situación de emergencia es única y, por lo tanto, requiere su propio conjunto de directrices, principios, recomendaciones, información y/o protocolos de respuesta ante emergencias. Por lo tanto, no es posible que la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) proporcione recomendaciones generales de respuesta ante emergencias.

Este Manual del instructor, v.2021 no debe reemplazar ni sustituir la atención médica avanzada ni la respuesta y el tratamiento de los servicios de emergencia. Además, ninguna información contenida en este Manual del instructor, v.2021 debe reemplazar la necesidad de buscar atención y/o asesoramiento de un médico, miembro del personal del hospital u otro proveedor de atención médica autorizado. Es necesaria la cooperación con la dirección médica local al desarrollar un Plan de acción de emergencia (EAP) y las mejores prácticas de las instalaciones. Siempre se debe contactar a los servicios de emergencia cuando haya una situación de emergencia.

La Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) utiliza un Comité Asesor y de Revisión en el desarrollo de todos los programas, cursos, manuales, recursos y otros materiales de instrucción.

## Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH)

Apartado Postal 311

Riderwood, Maryland 21139

1-800-484-0419

Correo electrónico: [admin@lifeguardcertifications.com](mailto:admin@lifeguardcertifications.com)

Web: [www.lifeguardcertifications.com](http://www.lifeguardcertifications.com)

ISBN: 979-888627704-3

Derechos de autor © 2021 Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH)

Todos los derechos reservados. Impreso en EE.UU.

Publicado por [Jefferson Marketing Group](#)



## Sobre nosotros

La Academia Mundial de Seguridad y Salud es un organismo de certificación internacional para socorristas de piscinas, Salvavidas frente al mar, salvavidas de rescate de surf, instructores de salvavidas y supervisores de salvavidas.

Ofrecemos cursos de alta calidad que son una opción asequible, flexible y accesible. Los cursos se imparten como clases presenciales completas en áreas seleccionadas de todo el mundo. Le recomendamos que utilice nuestro sitio web para obtener la lista de aprobaciones más

actualizada: <http://lifeguardcertifications.com/2022/01/11/program-curriculum-approvals/>

Ofrecemos un programa de becas basado en las necesidades para que las personas participen en cursos de certificación de salvavidas. Dependemos del apoyo externo en forma de donaciones, subvenciones y voluntarios.

Le invitamos a unirse a nuestra misión para prevenir muertes por ahogamiento en todo el mundo.

Cursos de certificación disponibles en áreas seleccionadas en todo el mundo. ¡Esperamos poder servirle!

El curso de certificación de salvavidas de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) se desarrolló para cumplir con los estándares descritos en la sección 6 del Código Modelo de Salud Acuática (MAHC).

certificacionesdeguardavidas.com

1-800-484-0419

[admin@lifeguardcertifications.com](mailto:admin@lifeguardcertifications.com)

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



Propósito del programa	11
Políticas y procedimientos de certificación	12
Diseño del curso	15
Diseño instruccional	16
Requisitos del curso	17
Evaluación de los participantes	19
Esquema del curso de socorrista	28
Entrega de contenido	28
Requisitos previos del curso de nivel de proveedor	29
Presentación de diapositivas del curso	30
Introducción al socorrista – Capítulo 1	31
El socorrista profesional	33
Dependencia de la formación	34
Manejo del estrés	34
Las tres R	35
Salvavidas preventivo	36
Información legal para socorristas	37
Leyes del Buen Samaritano .....	37
Equipo de protección individual (EPI) – Capítulo 2	39
Quitarse los guantes	40
Exposición a patógenos transmitidos por la sangre	40
Gestión de riesgos y seguridad – Capítulo 3	42
Condiciones climáticas adversas	43
Química del agua	343
Capacidad de la piscina	344
Aplicación de las normas – Capítulo 4	45
Ejemplo de reglas de piscina	47
Hiperventilación voluntaria y retención de la respiración	48
Proceso de ahogamiento – Capítulo 5	49
Estadísticas de ahogamientos	49
¿Qué es el ahogamiento?	49
Causas comunes de ahogamiento y factor RID	50
Vigilancia de usuarios – Capítulo 6	51
Vigilancia	51
Zona de Cobertura	51
Cobertura total .....	52
Cobertura superpuesta .....	522
Cobertura de respaldo.....	52
Escaneando el capítulo 7	53
Escaneo adecuado	533
Rotaciones	54
Pasos para una rotación efectiva y segura .....	55
Reconocimiento de víctimas – Capítulo 8	56
Reconocimiento de víctimas	56
Plan de Acción de Emergencia (PAE) – Capítulo 9	59
Comunicación con EMS	34
Gestión de usuarios	34
Ejemplos de EAP	34
Emergencias relacionadas con el agua – Capítulo 10	65
Ayuda	66
Asistencia de lanzamiento .....	66
Asistencia para alcanzar .....	67
Entradas de agua	68

Entrada con salto de bola de cañón .....	68
Entrada con salto de tijera .....	68
Deslizable .....	69
Entrar sin cita previa o corriendo .....	69
Acercamiento a la víctima .....	69
Rescates acuáticos .....	70
Tubo de rescate .....	70
Contacto y control .....	70
Procedimiento y cobertura de rescate .....	71
Víctima múltiple .....	77
Rescate de víctimas sumergidas .....	77
Inmersiones en superficie con los pies y la cabeza primero .....	77
Ventilaciones en el agua .....	80
Escapes .....	82
Extracción del agua .....	84
Traumatismos de la columna vertebral – Capítulo 11 .....	86
Reconocer signos y síntomas .....	87
Estabilización del traumatismo espinal .....	87
Estabilización manual en línea .....	89
Agarre cabeza-mentón-pecho .....	89
Férulas para brazos .....	92
Tablas de apoyo para víctimas de traumatismos espinales .....	94
Transporte estable sentado .....	94
Tablero de pie .....	95
Tablero de profundidad cero .....	96
Seguridad en el buceo y profundidades de buceo .....	96
Tabla de surf en el agua .....	97
ASHI (una empresa de HSI) Primeros auxilios básicos – Capítulo 12 .....	103
ASHI (una empresa de HSI) Soporte vital básico (BLS) – Capítulo 13 .....	103
Capacitación en servicio – Capítulo 14 .....	104
Capacitación en servicio .....	104
Escenarios especiales – Capítulo 15 .....	105
Esquema del curso del parque acuático .....	107
Introducción a los parques acuáticos .....	109
Tablas de buceo .....	109
Tabla de trampolín .....	109
Inmersiones y plataformas de gran altura .....	109
Toboganes de agua .....	109
Toboganes para niños .....	109
Diapositivas de tubo .....	109
Diapositivas de tapete o almohadilla .....	109
Diapositivas de velocidad .....	109
Diapositivas de caída .....	110
Toboganes de rafting .....	110
Diapositivas serpentina .....	110
Ríos lentos .....	110
Piscinas de olas .....	110
Características de juego, piscinas con rociadores y áreas de juegos acuáticos .....	110
Características del juego: .....	110
Piscinas de rociado y áreas de juegos acuáticos: .....	110

Salvavidas preventivo en parques acuáticos	111
Protocolos operativos	111
Normas y reglamentos	111
Dispositivos de flotación personal	112
EAP, Inspecciones de Riesgo y Auditorías	112
Vigilancia y escaneo de usuarios en el entorno del parque acuático	114
Peligros y consideraciones operativas especiales	114
Comunicación	115
Vigilancia	115
Escaneo adecuado	115
Rotaciones	116
Pasos para una rotación efectiva y segura .....	116
Pasos para una rotación de socorristas segura y eficaz .....	116
Emergencias hídricas en parques acuáticos	117
Desconexión de emergencia	117
Rescates acuáticos	117
Consideraciones especiales al ejecutar un rescate en un entorno de parque acuático .....	117
Esquema del curso de Waterfront	118
Propósito del curso	119
Políticas y procedimientos	120
Diseño del curso	122
Evaluación de los participantes	123
Requisitos previos del curso	124
Consideraciones especiales – Capítulo 1	125
Víctima sumergida en aguas poco profundas – Capítulo 2	128
Víctima sumergida en aguas profundas – Capítulo 3	129
Localización de víctimas sumergidas – Capítulo 4	130
Tablas de rescate – Capítulo 5	131
Diseño de cursos de rescate de surf	134
Descripción del curso	134
Estructura del programa y del currículo	134
Prerrequisito(s)	134
Métodos de entrega	134
Equipo	134
Esquema del curso de rescate en el surf	135
Evaluación de los participantes de Surf Rescue	136
Proceso de dar un título	136
Requisitos previos del curso de rescate en surf	137
Introducción al socorrismo en el surf – Capítulo 1	138
Aguas de marea – Capítulo 2	139
Ciclos de mareas	139
Ondas	140
Corrientes oceánicas	140
Corrientes de	140
resaca ¿Por qué son peligrosas las corrientes de resaca? .....	141
Cómo reconocer una corriente de resaca .....	141
Cómo escapar de la atracción de una corriente de resaca.....	141
Corriente de litoral	142
Plan de Acción de Emergencia (PAE) – Capítulo 3	143
Ejemplo de plan de acción de emergencia (EAP) de Surf Beach	144
Salvavidas preventivo – Capítulo 4	145
Vigilancia	145
Escaneo y reconocimiento de víctimas	145
Peligros	146

Muelles y embarcaderos .....	147
Condiciones ambientales .....	147
Sistema de banderas de advertencia para playas .....	148
Rescates en el surf – Capítulo 5 .....	149
Ayuda .....	149
Asistencia de lanzamiento .....	149
Asistencia para alcanzar .....	149
Entradas de agua .....	150
Tablero de surf .....	150
Inmersión con los pies elevados por delante .....	151
Inmersión en superficie con la cabeza primero elevada .....	151
Acercamiento a la víctima .....	151
Rescates acuáticos .....	152
Tubo de rescate y bidón de rescate .....	152
Contacto y control .....	152
Procedimiento y cobertura de rescate .....	153
Víctima múltiple .....	154
Víctima sumergida .....	155
Rescates de la Junta de Rescate .....	156
Rescates desde líneas fijas .....	158
Rescue Kayak .....	159
Rescates en motos acuáticas (PWC) .....	160
Ventilaciones en el agua .....	163
Escapes .....	163
Extracción del agua .....	165
Emergencias médicas .....	165
Traumatismos de la columna vertebral – Capítulo 6 .....	166
Reconocer signos y síntomas .....	166
Estabilización del traumatismo espinal .....	166
Férulas para brazos .....	168
Tablas de apoyo para víctimas de traumatismos espinales .....	169
Transporte estable sentado .....	169
Tablero de pie .....	170
Tablero de profundidad cero .....	171
Protocolos y comunicación – Capítulo 7 .....	172
Capacitación en servicio .....	172
Técnicas, puestos y posicionamiento de los salvavidas .....	172
Persona/niño desaparecido .....	173
Comunicación .....	174
Señales de silbato .....	174
Señales con banderas .....	175
Radios portátiles de mano .....	175
Señales con las manos .....	176
Uniformes .....	177
Sistema de informes .....	177
Señales de socorro de los buques .....	177
Procedimientos relacionados con el clima .....	178
Procedimientos de apertura y cierre.....	178

Historias físicas .....	179
Cuando no se dispone de equipo de rescate .....	179
Uso de vehículos y vehículos todo terreno (ATV) .....	180
<b>Búsqueda y rescate – Capítulo 8</b>	<b>181</b>
Búsqueda de línea en aguas poco profundas	181
Búsqueda de línea en aguas profundas	182
Localización de víctimas sumergidas Diez	183
códigos de rescate en olas Terminología y definiciones de rescate en olas en océanos y playas Curso S.1 de instructor de salvavidas Curso de transición de instructor de salvavidas Curso S.2 de instructor de salvavidas Apéndice A Examen	184 185 195 196
Apéndice B Examen final de salvavidas de piscina	205
Apéndice B Clave de respuestas Examen final de salvavidas de piscina .....	216
Apéndice C – Formulario de evaluación de habilidades (SAF) .....	219
Apéndice D – Formulario de evaluación final de habilidades .....	220
Apéndice E – Solicitud de Autorización de Estudiante (SAR) .....	221
Apéndice F – Información del ATC y del portal en línea para instructores .....	222
Apéndice G – Enseñanza y aprendizaje .....	224
Apéndice H – Documentos de muestra .....	227
Apéndice I Formulario de evaluación de habilidades del candidato a instructor (ICSAF) .....	228
Apéndice J Formulario de comentarios sobre la demostración de lecciones para candidatos a instructores (LDFF) .....	229
Apéndice K Formulario de planificación de lecciones para candidatos a instructores (FLP) .....	230
Apéndice L Esquema del curso de recertificación de salvavidas .....	235
Apéndice M Esquema del curso de desafío de salvavidas .....	237
Apéndice N Esquema del curso de salvavidas en piscinas poco profundas .....	241
Apéndice O Asignaciones de lecciones de demostración para candidatos a instructores de salvavidas .....	242
Referencias .....	

## Objetivo de Certificación y Programa de formación

# PARTE

El propósito del programa de certificación y currículo de salvavidas de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) es brindar a los participantes la confianza, el conocimiento del contenido y las habilidades físicas para reconocer, responder y recuperarse en caso de una emergencia dentro o alrededor de una piscina, instalación acuática o aguas abiertas sin mareas.

Este programa ofrece la flexibilidad de poder adaptar las habilidades físicas y/o el tipo de respuesta y atención de emergencia a las circunstancias específicas y/o especiales de una instalación acuática.

Este curso no está diseñado para capacitar a los socorristas para que supervisen a otros socorristas. Para poder supervisar a los socorristas, es necesario haber completado con éxito un curso de gestión o supervisión.

Todos los participantes del curso tienen acceso electrónico (utilizando el inicio de sesión de estudiante en [lifeguardcertifications.com](http://lifeguardcertifications.com)) a los manuales del curso, presentaciones de diapositivas del curso y videoclips de habilidades del curso a partir del registro en la clase y hasta la fecha de vencimiento del certificado WASH.

Este manual se divide en la Parte I Administración; Parte II Impartición del Curso de Salvavidas a Nivel de Proveedor; Parte III Impartición del Curso de Instructor S.1; Parte IV Curso de Transición para Instructores; Parte V Apéndices.

# Políticas de certificación y Procedimientos

La Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) actualmente ofrece:

- cursos de capacitación a nivel de proveedor que conducen a la certificación como:
  - o socorrista de piscina
  - o socorrista en piscina poco profunda
  - o socorrismo en la costa (no mareal)
  - o socorrismo en parques acuáticos
  - o socorrismo en el surf (aguas de marea)
- cursos de formación a nivel de instructor que conducen a la certificación como:
  - o instructor S.1: autorizado para enseñar todos los cursos de salvavidas a nivel de proveedor de WASH o instructor S.2: autorizado para enseñar todos los cursos de salvavidas a nivel de proveedor de WASH y todos los cursos de instructor de salvavidas de WASH o
  - o instructor S.3: autorizado para enseñar todos los cursos de nivel de proveedor e instructor de WASH

Los cursos de Instructor de salvavidas S.2 de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) son impartidos por WASH S.3.

## I. Requisitos previos del curso a nivel de proveedor

Antes del inicio del curso los participantes:

- Debe tener, como mínimo, quince (15) años de edad antes de la fecha de la reunión final del curso para ser elegible. inscribirse.
- Debe demostrar con éxito las habilidades físicas requeridas para el curso:
  - el Nadar 300 yardas usando solo crol o braza sin descansar. Esta es una prueba sin tiempo.
  - el Mantenerse a flote en el agua utilizando sólo las piernas durante dos (2) minutos.
  - el Nadar veinticinco (25) yardas, bucear a una profundidad entre nueve (9) pies y doce (12) pies para recuperar un peso de diez (10) libras, regresar a la superficie, nadar veinticinco (25) yardas de regreso al punto de partida mientras se mantiene la diez (10) libras de peso por encima de la superficie del agua. El participante debe salir de la piscina sin usar escaleras ni escalones con diez (10) libras de peso por encima de la superficie del agua. libra de peso en la mano.

## II. Requisitos para completar con éxito el curso de nivel de proveedor

Para obtener un certificado de salvavidas de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH), los participantes:

- Debe completar con éxito el módulo en línea a su propio ritmo (para todos los cursos de formato combinado).
- Debe estar presente en todas las reuniones de clase. Esto incluye, entre otros: sesiones en el aula, sesiones en la piscina y otras sesiones en persona.
- Debe cumplir el objetivo del curso para cada lección demostrando con éxito cada habilidad física requerida.
- Debe obtener una puntuación mínima del ochenta (80) por ciento en el examen escrito final supervisado.

### III. Período de certificación para cursos de nivel de proveedor

Cada certificación de salvavidas de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) tendrá un período de validez de un (1) año a partir de la fecha de finalización. Esta fecha así como la fecha de vencimiento del certificado se mostrará en el propio certificado.

Cada certificado de Soporte Vital Básico (BLS) del Instituto Estadounidense de Seguridad y Salud (ASHI), una empresa de HSI, obtenido durante un curso de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) tendrá un período de validez de un (1) año a partir de la fecha de finalización. El certificado de Primeros Auxilios Básicos tendrá un período de validez de dos (2) años a partir de la fecha de finalización. Estas fechas, así como las fechas de vencimiento del certificado se mostrará en el propio certificado.

La Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) se reserva el derecho de suspender, revocar o, de otro modo, terminar temporal y/o permanentemente la validez de cualquier certificado WASH en cualquier momento y por cualquier motivo. Esto queda a criterio exclusivo de la Academia Mundial de Seguridad y Salud. (LAVAR).

### IV. Requisitos de renovación de la certificación para cursos de nivel de proveedor

Hay tres (3) opciones disponibles para los salvavidas certificados por la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) una vez que su certificado caduca.

- Si el certificado no tiene más de 30 días de vencido, la persona puede optar por inscribirse y completar una recertificación abreviada de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) Curso de certificación de salvavidas para recuperar su certificado de salvavidas. Este curso de recertificación de salvavidas requiere completar con éxito los siguientes requisitos:  
Componentes para que un participante recupere su certificado de salvavidas: requisito físico previo habilidades como se describe en el Manual del participante del salvavidas, Políticas y procedimientos, Sección I del curso Requisitos previos; todas las habilidades físicas requeridas incluidas en el plan de estudios del curso; y examen final.
- Si el certificado no tiene más de 30 días de vencido, la persona puede optar por IMPUGNARLO. El participante, al demostrar con éxito las habilidades físicas y aprobar el examen final escrito, podrá renovar su titulación de la Academia Mundial de Seguridad y Salud. Certificación de salvavidas (WASH).
- Si el certificado tiene 31 días o más de vencimiento, la persona deberá inscribirse y completar con éxito un curso completo de certificación de salvavidas de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) para obtener respaldar su certificado de salvavidas.

## V. Certificación Inicial para Instructores S.1

Para convertirse en Instructor de Salvavidas WASH S.1, el candidato debe:

- Tener al menos diecisiete (17) años de edad.
- Tener una certificación válida de salvavidas WASH a nivel de proveedor.
- Tener un certificado válido de ASHI, de una empresa HSI, de BLS y de Instructor de Primeros Auxilios en el nivel de Soporte Vital Básico (BLS) y estar alineado con un Centro de Capacitación ASHI autorizado.
- Completar con éxito el curso de instructor de salvavidas S.1 de WASH. O bien, tener un certificado de instructor de salvavidas válido de otro organismo de certificación acreditado a nivel nacional; presentar esta certificación/autorización/licencia a WASH; completar con éxito el curso de transición de instructor de salvavidas de WASH. Y afiliarse o alinearse con un centro de capacitación autorizado de WASH (ATC).

## VI. Certificación inicial para instructores S.2 (consulte la PARTE III de este manual)

Para convertirse en Instructor de Salvavidas WASH S.2, el candidato debe:

- Tener al menos diecisiete (17) años de edad.
- Tener una certificación válida de Instructor de salvavidas WASH S.1
- Poseer un certificado válido de ASHI, de una empresa HSI, de BLS y de Instructor de primeros auxilios. y estar alineado con un Centro de Capacitación ASHI autorizado.
- Suficiente experiencia y conocimientos en materia de socorrismo para comunicar eficazmente las Contenido e impartir las formaciones de salvavidas.
- Completar exitosamente el Curso de Instructor de Salvavidas WASH S.2.

## VII. Requisitos de renovación de la certificación para instructores S.1 e instructores S.2

Las certificaciones de Instructor S.1 e Instructor S.2 tienen una vigencia de 2 años. Si se desea mantener la vigencia de la certificación de Instructor S.1 y/o Instructor S.2, se debe:

- Actuar como Instructor S.1 y/o Instructor S.2 registrado durante, al menos, un WASH Curso de Certificación de Salvavidas durante la certificación de Instructor S.1 y/o Instructor S.2 período de validez.
- Completar con éxito todas y cada una de las actualizaciones de WASH Instructor S.1 y/o Instructor S.2 que puedan publicarse durante el período de validez de la certificación.
- Mantener un certificado válido de ASHI, de una empresa HSI o de Instructor de BLS/Primeros Auxilios.
- Permanecer afiliado o alineado con un Centro de Capacitación Autorizado (ATC) de WASH y un Centro de capacitación ASHI.

## Diseño del curso

### Descripción del curso:

El curso de capacitación para salvavidas de WASH está destinado a personas que buscarán empleo como salvavidas de piscina en una instalación sin

Características especiales del parque acuático, como ríos lentos, toboganes de agua, trampolines y cualquier otra característica acuática y no más profunda de doce (12) pies (12 m) de profundidad.

pies en cualquier área. Hay varios requisitos previos del curso que se pueden encontrar en la Sección I de Políticas y procedimientos.

El objetivo de este curso es desarrollar y equipar a los estudiantes con el conocimiento, las habilidades y la confianza para responder durante una situación en el agua o

Emergencia en tierra firme mientras trabajaba como socorrista de piscina. WASH fomenta el diseño instructivo y la aplicación de habilidades que proporcionen

flexibilidad en términos del mejor enfoque y respuesta a una emergencia en función de las circunstancias de cada instalación individual y

limitaciones. WASH cree que este enfoque permite abordar más escenarios del mundo real y las situaciones de emergencia más apropiadas.

Respuesta enseñada y practicada.

### Estructura del programa y currículo:

La capacitación de socorrista de piscina es el curso principal de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH). Cualquier persona que desee obtener un certificado WASH

La certificación debe completar con éxito este curso básico (con excepción de los instructores de salvavidas que actualmente tengan una certificación).

certificado válido de otra agencia certificadora reconocida por WASH).

Una vez que se complete con éxito la capacitación de salvavidas de piscina, los participantes tendrán la opción de agregar unidades de estudio adicionales a

Obtenga certificados de especialidad adicionales que incluyen:

- Salvavidas frente al mar
- Salvavidas del parque acuático
- Salvavidas en piscina poco profunda
- Supervisor de salvavidas
- Salvavidas de surf

### Métodos de entrega:

Se ofrecerán clases de capacitación presenciales, dirigidas por un instructor y en formato combinado. El contenido se proporcionará mediante conferencias del instructor,

Discusión facilitada por el instructor, trabajo en grupos pequeños, segmentos de video y presentaciones de diapositivas. El estudiante recomendado para el instructor

La proporción es 10:1.

# Diseño instruccional

El contenido del curso en este Manual del instructor, versión 2021 se divide en capítulos que a su vez se subdividen en lecciones. Cada lección

Enumera el equipo necesario, los objetivos de aprendizaje y el tiempo aproximado de la lección para completarla. El tiempo de finalización de la lección es aproximado y está influenciado por factores que pueden incluir: número de participantes del curso y/o proporción de estudiantes por instructor; nivel de habilidad y/o capacitación previa de los participantes; proporción de equipo por participante; experiencia del/los instructor/es; distribución y/o restricciones de las instalaciones. El contenido de nuestros cursos se basa en las habilidades, no en el tiempo. Cada alumno, para obtener la certificación, debe cumplir con los objetivos de aprendizaje sin importar la duración de cada lección y/o el tiempo que lleve impartir el contenido del curso y evaluar los objetivos.

Los materiales del curso proporcionados a los instructores incluyen un manual de instrucciones, un manual del estudiante, videoclips, presentaciones de diapositivas, hojas de trabajo, formulario de evaluación de habilidades (SAF), solicitud de autorización del estudiante (SAR) y exámenes finales. WASH espera que el instructor del curso utilice eficazmente estos recursos para satisfacer mejor las necesidades de aprendizaje de los participantes del curso. Dado que el curso se basa en habilidades, WASH espera que las conferencias, los videoclips y otras presentaciones dirigidas por el instructor sean limitadas. El enfoque debe estar en desarrollar y practicar habilidades físicas prácticas para garantizar que los participantes adquieran el conocimiento y la confianza para responder durante una emergencia.

Los instructores deben utilizar los siguientes pasos al impartir el material del curso:

- Presentación de los conocimientos y habilidades físicas del contenido del curso. Esto se puede lograr mediante las diapositivas del curso.  
presentación, videoclips, conferencia y debate facilitado por el instructor\*.
- Demostración de habilidades físicas. El instructor puede optar por reproducir clips de video individuales de cada habilidad física requerida.  
A continuación, el instructor debe demostrar y explicar verbalmente cómo ejecutar eficazmente cada ejercicio físico.  
mientras se demuestra la habilidad en tierra firme. Este es un momento apropiado para abordar las preguntas de los participantes sobre la Habilidades físicas.  
Al demostrar las habilidades, el instructor debe: 1.) demostrar las partes componentes de cada habilidad; 2.) demostrar la habilidad en su totalidad y; 3.) demostrar, cuando sea apropiado, cómo cada habilidad encaja en la evaluación y el cuidado general del paciente Durante una emergencia. Durante todas las demostraciones, el instructor debe explicar verbalmente cómo realizar la habilidad, la propósito de la habilidad y el nombre de cada habilidad y/o componente de la habilidad\*.
- Práctica de habilidades físicas por parte de los participantes. Los participantes practicarán cada habilidad física requerida mientras reciben entrenamiento.  
del instructor. La mayor parte del tiempo de la lección y del curso debe dedicarse al desarrollo de habilidades físicas y a la participación del compañero.  
práctica.
- Evaluación formal de los conocimientos de contenido y las habilidades físicas. Solo después de suficiente práctica y entrenamiento de los requisitos Habilidades físicas: los participantes serán evaluados en base a aprobado/reprobado, utilizando el Formulario de Evaluación de Habilidades (SAF), en cada habilidad física requerida. Cada participante también debe completar el examen final escrito con una puntuación de ochenta (80) por ciento o más para obtener la certificación.

# Requisitos del curso

Tareas administrativas:

Al menos 24 horas antes de la primera clase de cada curso:

- El instructor y/o el personal del Centro de Capacitación Autorizado (ATC) deben confirmar la(s) fecha(s), hora(s), ubicación y otros aspectos logísticos con los participantes.
- El instructor y/o el personal del Centro de Capacitación Autorizado (ATC) deben asegurarse de que se cuente con todos los materiales didácticos necesarios, incluidos: o manuales apropiados para los estudiantes o manuales apropiados para el instructor o equipo audiovisual (portátil, proyector, altavoces, DVD's, pantalla de proyección, etc.) o Documentación del curso (formularios SAF y SAR, lista de participantes, exámenes, etc.) o equipo de curso apropiado (ver Equipamiento)
- el instructor debe revisar el esquema del curso y el manual del instructor para el curso que enseñará asegurándose de Revisar y comprender los puntos clave, las habilidades físicas requeridas y los objetivos del curso.

Instalaciones y entorno de aprendizaje:

La piscina que se utilice para la demostración, práctica y evaluación de habilidades físicas debe:

- tener un área que tenga, como mínimo, siete pies de profundidad
- tener un área apta para nadar que tenga, como mínimo, veinticinco (25) yardas de largo
- tener un salvavidas certificado de servicio en todo momento cuando cualquier persona inscrita y/o que esté enseñando el curso esté en el agua por cualquier motivo. Razón. Este socorrista no puede ser participante ni instructor del curso.

El aula que se utilice para la formación en tierra firme y la transmisión de conocimientos deberá:

- Estar cómodo y libre de distracciones.
- estar bien iluminado
- tener clima controlado
- estar bien ventilado

Tanto las instalaciones de la piscina como las de las aulas deberán:

- Disponer de espacio suficiente para el número de participantes e instructores del curso.
- Disponer de asientos adecuados
- Disponer del equipo necesario para el curso adecuado y apropiado
- Disponer de los recursos necesarios para el curso adecuados y apropiados.

WASH reconoce y entiende que, en muchos casos, los instructores deben enseñar en instalaciones que no cumplen con las condiciones de un entorno ideal.

ambiente de aprendizaje. WASH también reconoce y entiende que durante una emergencia el salvavidas no tiene control sobre ninguna

condición física o ambiental y, a menudo, se le exige que brinde atención de emergencia en condiciones que no son las ideales. Con todo eso

En mente, WASH reconoce y comprende que los instructores se enfrentarán a desafíos relacionados con las instalaciones. Los instructores deben anticiparse

estos desafíos y planificar en consecuencia, haciendo todo lo posible para hacer adaptaciones que hagan que el entorno sea lo más favorable posible.

realizando la actividad física y aprendiendo lo máximo posible.

Seguridad del curso:

El instructor y/o el personal del Centro de Capacitación Autorizado (ATC) deben asegurarse de que tanto las instalaciones de la piscina como las del aula estén libres

de peligros y sean seguras para los participantes y el instructor. El Centro de Capacitación Autorizado (ATC) y/o la administración del

La instalación que se utilice para el curso debe tener un plan de respuesta a emergencias implementado y comunicado claramente con anticipación a el(los) instructor(es) en caso de emergencia durante el curso.

El instructor deberá:

- compartir con los participantes la ubicación de: baños, botiquín de primeros auxilios y DEA, extintor de incendios, teléfono, alarma contra incendios y salida(s).
- compartir con los participantes una señal que será utilizada por los instructores y los participantes durante TODAS las actividades en el agua (es decir, 2 toques).
- compartir con los participantes las precauciones de salud que se tomarán durante el curso para limitar la transmisión de enfermedades. • garantizar que se cumplan las leyes locales y estatales sobre protección de los jóvenes cada vez que un curso tenga una persona menor de 18 años.

Equipo: La

siguiente es la lista de equipo requerido para el curso de salvavidas de piscina (consulte el manual ASHI BLS para conocer los requisitos de equipo para esa parte del curso):

- Tubo(s) de rescate: un tubo por cada 2 participantes.
- Tablero espinal: un tablero espinal para 1 a 4 participantes; dos tableros espinales para 5 a 8 participantes; tres tableros espinales para 8 o más participantes.
- Ladrillo de buceo de 10 libras o un peso similar: un peso de 10 libras por cada 4 participantes.
- Cronómetro u otro dispositivo para medir el tiempo.
- Poste de alcance: un poste de alcance por cada 4 participantes.
- Silbato y riñonera: uno para cada participante.
- Equipo recomendado y exigido por ASHI, una empresa de HSI, para la parte de Soporte Vital Básico (BLS)/Primeros Auxilios del curso.

Antes de la clase:

- Familiarizarse y comprender cómo utilizar eficazmente el equipo, los manuales, el contenido del curso, los recursos del curso y otros documentos.
- Asegúrese de que la instalación de la piscina tenga un salvavidas de servicio; el salvavidas no puede ser un participante del curso ni un instructor del mismo clase.
- Llegue temprano. Asegúrese de contar con tiempo suficiente para organizarse, instalarse y completar la inspección de seguridad del espacio de la instalación pretende utilizar.
- Imprimir una lista de la clase con el nombre y apellido de los participantes.

Durante la clase:

- Comience a tiempo.
- Revisar:
  - o expectativas y objetivo del curso o plan de respuesta a emergencias o diseño de las instalaciones •
- Mantenerse centrado y seguir el esquema del curso. •
- Impartir de manera eficaz el contenido y los conocimientos del curso utilizando videoclips, presentaciones de diapositivas, conferencias, debates facilitados y Otros recursos y herramientas del curso.
- Demostrar habilidades físicas; permitir a los participantes la práctica adecuada de las habilidades físicas al tiempo que se ofrece entrenamiento y retroalimentación; Evaluar las habilidades físicas utilizando el Formulario de evaluación de habilidades (SAF) para cada participante.
- Distribuir y supervisar el examen escrito final. • Distribuir el formulario de evaluación del curso a cada participante.

Después de clase:

- Asegúrese de que el Formulario de evaluación de habilidades (SAF) esté completo y firmado por cada participante.
- Completar y enviar la Solicitud de Autorización de Estudiante (SAR) al Centro de Capacitación Autorizado (ATC) o al Centro de Capacitación Mundial (CDE). Oficina de la Academia de Seguridad y Salud (WASH). Puede enviar esta solicitud en línea [AQUÍ](#).
- Asegúrese de que todo el equipo (es decir, los maniqués) haya sido descontaminado adecuadamente.

# Evaluación de Participantes

Evaluación formal de las habilidades físicas requeridas:

Cada participante será evaluado en base a si aprueba o no todas las habilidades físicas requeridas. Cada participante debe demostrar con éxito cada habilidad física requerida.

Si un participante requiere una corrección de su desempeño en las habilidades físicas, el instructor debe hacerlo antes de la evaluación formal de las habilidades físicas requeridas. El instructor debe abordar la corrección de las habilidades con profesionalismo, cortesía y empatía. La corrección de las habilidades físicas inadecuadas debe:

- El instructor debe abordar las deficiencias de habilidades a lo largo del curso con todos los participantes como grupo.
- El instructor debe abordar las deficiencias de habilidades a lo largo del curso utilizando refuerzo positivo individual y entrenamiento.
- El instructor debe abordar las deficiencias de habilidades durante los descansos de clase en un esfuerzo por ayudar al participante a ponerse al día.
- El instructor debe recomendar asistir a otro curso de capacitación a cualquier participante que no pueda demostrar con éxito alguna de las habilidades físicas requeridas.

Evaluación formal del conocimiento del contenido:

El examen final escrito es un elemento obligatorio para obtener la certificación. Este examen debe ser supervisado por un instructor autorizado de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) y no tiene límite de tiempo: el instructor o los instructores deben proporcionar a cada participante el tiempo suficiente para completarlo. examen.

En el Apéndice A de este Manual del Instructor, v.2021, se incluye una copia del examen y en el Apéndice B de este Manual del Instructor, v.2021, se incluye una copia de la clave de respuestas del examen. También se incluyen copias de estos documentos en el Portal de Instructores Autorizados y ATC de WASH en línea.

El participante debe obtener una puntuación mínima del ochenta (80) por ciento en el examen escrito final. Si el participante no logra alcanzar esta puntuación mínima, no se le podrá emitir un certificado y deberá volver a realizar el curso.

Para mantener la integridad del examen, los instructores deben:

- Recuerde a los participantes que no se tolera hacer trampas. No se emitirá un certificado a nadie que haga trampas. Hablar o interactuar de cualquier forma con otro participante del curso se considerará una trampa por parte de ambos participantes. • Verifique la identificación con fotografía de cada participante para asegurarse de que el nombre coincida con el nombre de la persona que realiza el curso y el examen final.
- Organice el aula de manera que los participantes puedan estar espaciados y asegurarse de que ninguno pueda ver el examen de otro.
- Circule por la sala de examen para garantizar la integridad del mismo.

Proceso de dar un título:

Cuando se emite un certificado de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH), significa que el participante, en la fecha de finalización que figura en el certificado, cumplió con todos los objetivos del curso al demostrar con éxito para el Instructor de WASH que figura en el certificado:

- una comprensión del conocimiento del contenido según su puntuación en el examen escrito final
- cada habilidad física requerida que se detalla en el Formulario de evaluación de habilidades (SAF)

Una tarjeta de certificación WASH válida no garantiza el desempeño actual o futuro del titular de la tarjeta. Es responsabilidad del empleador verificar la capacidad del titular de la tarjeta para desempeñar con éxito todas las funciones y responsabilidades del trabajo.

## Esquema del curso de socorrista

### HABILIDADES PRERREQUISITAS

Habilidad	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Introducción	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporcionar una descripción general de los requisitos previos</li> <li>• Verificar la edad y la identidad del participante</li> </ul>	15
Desempeño de habilidades prerrequisito	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluar las habilidades de cada participante •</li> </ul>	45
Conclusión	Proporcionar detalles del curso: fecha(s), hora(s), ubicación(es)	5
Tiempo total (minutos)		65

### PREVENCIONES

#### Capítulo 1 – Introducción al socorrismo

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Introducción al curso	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentarse y hacer que los participantes se presenten.</li> <li>• Describir el propósito del curso.</li> </ul>	10
Responsabilidad primaria	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar la responsabilidad principal de un salvavidas. • Identificar</li> </ul>	15
Seguridad y bienestar de los socorristas	<p>los peligros a los que se enfrenta un salvavidas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar cómo un socorrista puede permanecer alerta mientras está de</li> </ul>	15
Salvavidas profesional	<p>servicio. • Identificar las características y conductas de un socorrista profesional. • Revisar</p>	25
Mejores prácticas y Tres "R"	<p>las mejores prácticas para los socorristas de servicio.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar y comprender las tres "R"</li> </ul>	25
Salvavidas preventivo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definir socorrismo preventivo.</li> <li>• Explicar las características y mejores prácticas del socorrismo preventivo.</li> </ul>	20
Información legal para socorristas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar los aspectos legales sobre los cuales los socorristas deben tener conocimiento y comprensión.</li> <li>• Explicar las responsabilidades del salvavidas en relación con cuestiones legales que incluyen: deber de actuar, estándar de atención, negligencia, consentimiento, negativa de atención, abandono, confidencialidad, documentación.</li> </ul>	25
Tiempo total (minutos)		135

#### Capítulo 2 – Equipo de protección individual (EPI)

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Patógenos transmitidos por la sangre	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definir los patógenos transmitidos por la</li> </ul>	20
Precauciones estándar	<p>sangre. • Identificar las precauciones estándar que se deben utilizar al brindar atención de emergencia.</p> <p>Demostración y práctica de:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Retirada y eliminación adecuada de guantes.</li> </ul>	20
Reducir la exposición	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar los métodos y las mejores prácticas para prevenir la exposición a patógenos transmitidos por la sangre.</li> </ul>	10
Limpiezas fecales	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar y explicar las mejores prácticas al manipular materia fecal.</li> </ul> <p>En la zona de natación.</p>	10
Tiempo total (minutos)		60

## Capítulo 3 – Gestión de riesgos

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Gestión de riesgos y seguridad	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar los riesgos generales de las instalaciones.</li> <li>• Explicar cómo identificar y mitigar los riesgos para los usuarios.</li> </ul>	35
Tiempo total (minutos)		35

## Capítulo 4 – Aplicación de las normas

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Establecimiento y aplicación de normas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar la base para establecer reglas.</li> <li>• Indicar cómo comunicar las reglas a los usuarios.</li> </ul>	15
Educación a los usuarios	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender los beneficios de educar a los usuarios sobre las reglas.</li> </ul>	15
Desmayo hipóxico	Explicar el desmayo hipóxico y los peligros del desmayo voluntario. hiperventilación.	15
Tiempo total (minutos)		45

## RECONOCIMIENTO

## Capítulo 5 Ahogamiento

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Estadísticas y hechos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar hechos generales con respecto a los incidentes de ahogamiento accidental en todo el mundo.</li> </ul>	10
Definición y proceso	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definir ahogamiento</li> <li>• Explicar el proceso de ahogamiento.</li> </ul>	25
Tiempo total (minutos)		35

## Capítulo 6 – Vigilancia de los usuarios

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Cobertura de zona	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar el concepto de cobertura de zona al proporcionar vigilancia a los usuarios.</li> </ul>	30
Cobertura de respaldo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar el concepto de cobertura de respaldo y explicar cómo se aplica durante una emergencia.</li> </ul>	30
Tiempo total (minutos)		60

## Capítulo 7 – Escaneo

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Técnicas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender y poder ejecutar técnicas adecuadas de escaneo.</li> </ul>	20
Rotaciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender las características de una rotación adecuada de salvavidas.</li> <li>• Demostrar una rotación efectiva de salvavidas.</li> </ul>	20
Tiempo total (minutos)		40

## Capítulo 8 – Reconocimiento de víctimas

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Señales de angustia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender y poder reconocer los signos y síntomas de una situación de angustia nadador.</li> </ul>	20
Factor RID	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar los factores que pueden provocar accidentes e incidentes de ahogamiento en instalaciones vigiladas.</li> </ul>	20
Tiempo total (minutos)		40

## RESPONDER

## Capítulo 9 – Plan de Acción de Emergencia (PAE)

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Planes de acción de emergencia (PAE)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Definir un EAP y su propósito</li> <li>Desarrollar modelos de EAP para las instalaciones de los estudiantes.</li> </ul>	40
Comunicación	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explicar los tipos de comunicación confiable y la necesidad de una comunicación confiable entre salvavidas y entre salvavidas y otros miembros del personal.</li> </ul>	15
Tiempo total (minutos)		55

## Capítulo 10 – Emergencias relacionadas con el agua

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Ayuda	Demostración y práctica de: <ul style="list-style-type: none"> <li>Asistencia de lanzamiento</li> <li>Asistencia para alcanzar</li> </ul>	45
Entradas y accesos al agua	Demostración y práctica de: <ul style="list-style-type: none"> <li>Inmersión con los pies por delante</li> <li>Lanzarse de cabeza</li> <li>Salto compacto</li> <li>Salto de zancada</li> <li>Deslizarse hacia adentro</li> <li>Natación crol con la cabeza fuera del agua y los ojos puestos en la(s) víctima(s)</li> <li>Braza o caminata hacia una víctima de un posible traumatismo espinal</li> </ul>	45
Rescates y escapes acuáticos	Demostración y práctica de: <ul style="list-style-type: none"> <li>Escape delantero</li> <li>Escape trasero</li> <li>Rescate trasero de víctimas activas</li> <li>Frente de Rescate de Víctimas Activas</li> <li>Rescate trasero de víctimas pasivas</li> <li>Rescate pasivo de víctimas frontales</li> <li>Rescate de víctimas múltiples</li> <li>Rescate de víctimas sumergidas</li> </ul>	180
Extracción del agua	Demostración y práctica de: <ul style="list-style-type: none"> <li>Asistencia para caminar desde profundidad cero</li> <li>Extracción rápida de víctima activa o pasiva mediante tablero</li> <li>Extracción de víctima de traumatismo medular en camilla</li> </ul>	45
Tiempo total (minutos)		315

## Capítulo 11 – Traumatismos de la columna vertebral

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Signos y síntomas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar los signos y síntomas de un posible traumatismo espinal</li> <li>Explicar por qué, cuándo y cómo se utilizan las técnicas de estabilización espinal Tanto dentro como fuera del agua.</li> </ul>	35
Estabilización de un traumatismo espinal sospechado	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explicar la necesidad de que las instalaciones acuáticas consulten a los médicos locales.</li> <li>Orientación sobre las mejores prácticas para el cuidado de un traumatismo espinal en el agua víctima.</li> </ul> <p><b>Demostración y práctica de:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Agarre de cabeza, mentón y pecho</li> <li>Férulas para brazos</li> <li>Transporte estable sentado</li> <li>Tablero trasero</li> <li>Uso de un collarín C</li> </ul>	185
Tiempo total (minutos)		220

## Capítulo 12 – Primeros auxilios ASHI

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Ver Primeros auxilios de ASHI (una empresa de HSI) Descripción del curso	VER MANUAL DE PRIMEROS AUXILIOS DE ASHI	150-180 minutos

## Capítulo 13 – Soporte vital básico (BLS) de ASHI

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Ver curso BLS de ASHI (una empresa de HSI) Describir	VER MANUAL DE ASH BLS	240-300 minutos

## INSTALACIONES

## Capítulo 14 – Educación continua y capacitación en el trabajo

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Educación continua y capacitación en servicio	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explicar la necesidad de practicar continuamente para mantener las habilidades actualizadas.</li> <li>Explicar la necesidad de capacitación regular en servicio.</li> </ul>	20
Tiempo total (minutos)		20

## Capítulo 15 – Escenarios especiales

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Instalaciones de One Guard	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar las limitaciones de una instalación de salvavidas.</li> <li>Identificar las habilidades físicas que requieren adaptación si se trabaja en una instalación con un solo salvavidas.</li> <li>Explicar cómo adaptar las habilidades físicas en una instalación con un solo salvavidas para poder brindar una atención de emergencia eficaz.</li> </ul>	25
Instalaciones con características especiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar los desafíos únicos que presentan las características específicas de cada instalación.</li> <li>Explicar cómo brindar atención de emergencia cuando se enfrentan estas características específicas de las instalaciones.</li> </ul>	30
Tiempo total (minutos)		55

## EXAMEN ESCRITO FINAL

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Examen final escrito		45
Tiempo total (minutos)		45

## EVALUACIÓN FINAL DE HABILIDADES FÍSICAS

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Evaluación final de habilidades físicas		120
Tiempo total (minutos)		120

TIEMPO TOTAL DEL CURSO DEL PLAN DE ESTUDIANTES DE SALVAVIDAS (no incluye requisitos previos ni evaluaciones formales escritas y/o prácticas):

18 horas, 35 minutos

TIEMPO TOTAL DEL CURSO RCP/DEA (ASHI BLS)/PRIMEROS AUXILIOS:

6 HORAS, 30 MINUTOS – 8 HORAS, 0 MINUTOS (ver capítulos 12 y 13)

TIEMPO TOTAL DEL CURSO (WASH LIFEGUARDING & ASHI BLS/PRIMEROS AUXILIOS):

25 HORAS, 5 MINUTOS – 26 HORAS, 35 MINUTOS

Plan de enseñanza de 3 días

Temas del día 1

Prerrequisitos – Fin del Capítulo 9

Tiempo aproximado:

10 horas, 10 minutos

DÍA #2 Temas

Capítulo 10 – Capítulo 12

11 horas, 25 minutos – 11 horas, 55 minutos

DÍA #3 Temas

Capítulo 13 – Evaluaciones escritas y de habilidades

8 horas, 0 minutos – 9 horas, 0 minutos

TIEMPO TOTAL:

29 horas, 35 minutos – 31 horas, 5 minutos

NOTAS IMPORTANTES:

- El tiempo total incluye RCP/DEA (ASHI BLS); primeros auxilios ASHI; salvavidas, incluidos los requisitos previos y los exámenes/evaluaciones finales escritos y de habilidades.
- El tiempo para cada lección incluye la entrega de conocimientos de contenido, así como la demostración y práctica de habilidades físicas.

# Esquema del curso de socorrista : formato combinado

## HABILIDADES PRERREQUISITAS

Habilidad	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Introducción	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporcionar una descripción general de los requisitos previos</li> <li>• Verificar la edad y la identidad del participante</li> </ul>	15
Desempeño de habilidades prerrequisito	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluar las habilidades de cada participante •</li> </ul>	45
Conclusión	Proporcionar detalles del curso: fecha(s), hora(s), ubicación(es)	5
Tiempo total (minutos)		65

## SESIONES PRESENCIALES EN FORMATO MIXTO

Lección y capítulo	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Introducción al curso	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentarse y hacer que los participantes se presenten.</li> <li>• Describir el propósito del curso.</li> </ul>	15
Salvavidas Profesional – Capítulo 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar las características y comportamientos de un socorrista profesional.</li> </ul>	30
Capítulo 1 de mejores prácticas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Revisar las mejores prácticas para los socorristas de turno.</li> <li>• Identificar y comprender las tres R</li> </ul>	45
Equipo de protección personal (EPP) - Capítulo 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Demostrar cómo quitarse los guantes y desecharlos adecuadamente.</li> <li>• Definir patógenos transmitidos por la sangre.</li> <li>• Identificar las mejores prácticas para prevenir la exposición a Patógenos transmitidos por la sangre y limpieza de materia fecal en el área de natación.</li> </ul>	35
Gestión de riesgos - Capítulo 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar los riesgos generales de las instalaciones.</li> <li>• Explicar cómo identificar y mitigar los riesgos para los usuarios. •</li> </ul>	25
Aplicación de las normas - Capítulo 4	<p>Explicar las bases para establecer reglas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar las mejores prácticas para comunicar reglas a mecenas.</li> <li>• Explicar el desmayo hipóxico y los peligros de la hiperventilación voluntaria.</li> </ul>	20
Proceso de ahogamiento – Capítulo 5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definir ahogamiento</li> <li>• Explicar el proceso de ahogamiento.</li> </ul>	35
Salvavidas preventivo – Capítulo 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definir socorrismo preventivo.</li> <li>• Explicar las características y mejores prácticas del socorrismo preventivo.</li> </ul>	30
Vigilancia de usuarios – Capítulo 6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar el concepto de cobertura de zona al proporcionar vigilancia a los usuarios.</li> <li>• Explicar el concepto de cobertura de respaldo y explicar cómo se aplica durante una emergencia.</li> </ul>	30
Escaneo – Capítulo 7	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender y poder ejecutar técnicas de escaneo adecuadas.</li> <li>• Comprender las características de un salvavidas adecuado. rotación</li> <li>• Demostrar una rotación eficaz de salvavidas.</li> </ul>	35
Reconocimiento de víctimas – Capítulo 8	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender y poder reconocer los signos de un nadador en peligro.</li> <li>• Identificar los factores que pueden provocar accidentes e incidentes de ahogamiento en instalaciones vigiladas.</li> </ul>	35
Plan de Acción de Emergencia (PAE) – Capítulo 9	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar el propósito de un EAP</li> <li>• Explicar los tipos de información confiable y la necesidad de información confiable.</li> </ul> <p>Comunicación entre socorristas y entre socorristas y otros miembros del personal.</p>	50

Asistencias – Capítulo 10	<p><b>Demostración y práctica de:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Asistencia de lanzamiento</li> <li>• Alcance •</li> </ul> <p>Asistencia para caminar</p>	45
Entradas y aproximaciones al agua – Capítulo 10	<p><b>Demostración y práctica de:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inmersión con los pies por delante</li> <li>• Lanzarse de cabeza</li> <li>• Salto de bala de cañón</li> <li>• Salto de tijeras</li> <li>• Deslizarse hacia adentro</li> <li>• Entrar sin cita previa o corriendo</li> <li>• Natación crol con la cabeza fuera del agua y los ojos puestos</li> <li>    Víctima(s)</li> <li>• Braza o caminata hacia una víctima de sospecha de lesión espinal</li> <li>    Trauma</li> </ul>	60
Rescates y escapes acuáticos – Capítulo 10	<p><b>Demostración y práctica de:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escape delantero</li> <li>• Escape trasero</li> <li>• Rescate trasero de víctimas activas</li> <li>• Frente de Rescate de Víctimas Activas</li> <li>• Rescate trasero de víctimas pasivas</li> <li>• Rescate pasivo de víctimas frontales</li> <li>• Rescate de víctimas múltiples</li> <li>• Rescate de víctimas sumergidas</li> </ul>	130
Extracción del agua – Capítulo 10	<p><b>Demostración y práctica de:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Asistencia para caminar desde profundidad cero</li> <li>• Extracción rápida de víctima activa o pasiva mediante tablero</li> <li>• Extracción de víctima de traumatismo medular en camilla</li> </ul>	55
Estabilización de la columna vertebral sospechosa Trauma – Capítulo 11	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar por qué, cuándo y cómo se utiliza la columna vertebral.</li> <li>    Técnicas de estabilización tanto dentro como fuera del agua.</li> <li>• Explicar la necesidad de que las instalaciones acuáticas consulten la dirección médica local sobre las mejores prácticas para el cuidado de una víctima de traumatismo espinal en el agua.</li> </ul> <p><b>Demostración y práctica de:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Agarre de cabeza, mentón y pecho</li> <li>• Férulas para brazos</li> <li>• Transporte estable sentado</li> <li>• Tablero trasero</li> <li>• Uso de un collarín C</li> </ul>	185
<b>Tiempo total (minutos)</b>		<b>860</b>

## Capítulo 12 – Primeros auxilios ASHI

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Ver Primeros auxilios de ASHI (una empresa de HSI) Descripción del curso	VER MANUAL DE PRIMEROS AUXILIOS DE ASHI	120-150 minutos

## Capítulo 13 – Soporte vital básico (BLS) de ASHI

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Ver Seguro de vida básico de ASHI (una empresa de HSI) Curso de Apoyo (BLS) Describir	VER MANUAL DE ASHI BLS	150-210 minutos

## EXAMEN ESCRITO FINAL

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Examen final escrito		45
Tiempo total (minutos)		45

## EVALUACIÓN FINAL DE HABILIDADES FÍSICAS

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Evaluación final de habilidades físicas		120
Tiempo total (minutos)		120

TIEMPO TOTAL DEL CURSO DEL PLAN DE ESTUDIANTES DE SALVAVIDAS (no incluye los prerrequisitos y/o las evaluaciones formales

escritas y/o prácticas):

15 horas, 0 minutos

TOTAL ASHI BLS/PRIMEROS AUXILIOS PARA EL TIEMPO DEL CURSO:

4 HORAS, 30 MINUTOS – 6 HORAS, 0 MINUTOS

TIEMPO TOTAL DEL CURSO (WASH LIFEGUARDING & ASHI BLS/PRIMEROS AUXILIOS):

19 HORAS, 30 MINUTOS – 21 HORAS, 0 MINUTOS

## NOTAS IMPORTANTES: \*Se

recomienda que las sesiones presenciales para un curso de salvavidas en formato combinado se realicen en el transcurso de dos días consecutivos. Sin embargo, WASH reconoce que las limitaciones de las instalaciones pueden afectar el cronograma del curso.

Los instructores deben dividir el esquema del curso en varias sesiones según sea necesario, pero los puntos de parada solo deben ser después de completar una lección.

\*\* El tiempo para cada lección incluye la entrega del conocimiento del contenido, así como la demostración y práctica del conocimiento físico.

Habilidades

## Entrega de contenido

Se espera que todos los instructores cumplan con las políticas y los protocolos que rigen la presentación de contenido en cada curso. La preparación del instructor para una clase y el formato general de presentación durante las sesiones de clase deben seguir estos pasos:

- Los instructores y los estudiantes deben estar presentes en todas las sesiones de clase y prácticas. Esto incluye, entre otras, la presentación de contenido, la práctica y evaluación de habilidades y los exámenes finales. Se prohíben las sesiones remotas de cualquier tipo como parte de un curso de certificación WASH.
- Asegúrese de que el instructor tenga todos los materiales necesarios (obligatorios y opcionales) para el curso que se está enseñando.
  - Puede descargar aquí: [Formularios, documentos y recursos - Certificaciones de salvavidas WASH](#)
    - o Esquema del curso
    - o Manual del Instructor
    - o Manual del estudiante
    - o Presentaciones de diapositivas : deben descargarse del sitio web de WASH ([Curso de salvavidas - Presentación de diapositivas - Certificaciones de salvavidas WASH](#)) y se guardan en el disco duro de la computadora portátil para que no se necesite Internet durante la clase.
    - o Videoclips : deben descargarse del sitio web de WASH ([Videoclips del curso - Certificaciones de salvavidas de WASH](#)) y guardarse en el disco duro de la computadora portátil para no necesitar Internet durante la clase.
    - o Formularios de evaluación de habilidades (SAF) : al menos una copia impresa para cada participante inscrito.
    - o Solicitudes de autorización de estudiantes (SAR) : al menos una copia impresa para cada participante inscrito.
    - o Exámenes finales : al menos una copia impresa para cada participante inscrito y al menos un examen impreso
      - Clave de respuestas.
    - o Documento '[Instructores informados](#)' que presenta al instructor un esquema general que incluye: cómo convertirse en instructor WASH; cómo enseñar un curso WASH; cómo presentar la documentación requerida. o Equipo requerido en proporciones adecuadas como se describe en Requisitos del curso en las páginas 6 y 7 de este manual.
    - o Computadora portátil y proyector u otro método para presentar presentaciones de diapositivas y videos de manera eficaz.
      - Clips para que todos los participantes del curso puedan ver y escuchar la información fácilmente.
    - o Instalaciones apropiadas (aula y piscina) que cumplan con los requisitos de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH)
      - Pautas de garantía de calidad y como se describe en los Requisitos del curso en las páginas 6 y 7 de este manual.
    - o Materiales personales del instructor tales como: bolígrafos/lápices, papel, teléfono celular, lista de clases, etc.
- Asegúrese de tener acceso fácil e inmediato a los materiales y equipos necesarios y conozca las recomendaciones de duración de la lección.
- Utilizando el esquema del curso, establezca los objetivos al comienzo de cada lección/capítulo.
- Describe cuándo y por qué se utilizaría la habilidad presentada en la lección.
- Describir cómo ejecutar la habilidad de manera efectiva.
- Demostrar físicamente la habilidad en tierra firme.
- Describe la habilidad nuevamente mientras, al mismo tiempo, la demuestras físicamente en tierra firme.
- Mostrar el videoclip individual de la habilidad que se está demostrando.
- Permitir que los participantes practiquen la habilidad física en tierra firme y luego en el agua mientras se les proporciona retroalimentación.
  - mejora.

## Requisitos previos del curso de nivel de proveedor

# PARTE

Antes de la primera sesión de clase de cualquier programa de salvavidas de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) Curso de certificación, cada participante debe completar con éxito las habilidades físicas previas del curso.

Si un participante no logra completar con éxito alguna de las habilidades físicas requeridas previamente, no podrá participar. permitido continuar en el curso.

Requisitos previos del curso de socorrista de piscina:

- Verificar que todos los participantes tengan como mínimo quince (15) años de edad al momento de la última reunión de la clase.
- Nadar continuamente, utilizando únicamente el crol, durante trescientas (300) yardas (ver Figura Pre.1.1).
- Mantenerse a flote en el agua, utilizando sólo las piernas, durante dos (2) minutos (ver Figura Pre.1.2).
- Nadar a crol durante veinticinco (25) yardas, sumergirse a una profundidad de entre seis (6) pies y doce (12) pies para recuperar un peso de diez (10) libras, regresar a la superficie con el peso, nadar veinticinco yardas (25) de regreso al punto de partida mientras mantiene el ladrillo por encima del superficie del agua, salir de la piscina con el ladrillo y sin utilizar las escaleras y/o escalones. Esta habilidad debe completarse en un (1) minuto y cuarenta (40) segundos (ver Figura Pre.1.3).

Requisitos previos del curso de salvavidas en piscinas poco profundas:

- Verificar que todos los participantes tengan como mínimo quince (15) años de edad al momento de la última reunión de la clase.
- Nadar continuamente, utilizando únicamente el crol, durante cien (100) yardas (ver Figura Pre.1.1)
- Mantenerse a flote en el agua, utilizando sólo las piernas, durante dos (2) minutos (ver Figura Pre.1.2).
- Nadar a crol durante veinte (20) yardas, sumergirse a una profundidad de entre seis (6) pies y doce (12) pies para recuperar un peso de diez (10) libras, regresar a la superficie con el peso, nadar veinte yardas (20) de regreso al punto de partida mientras mantiene el ladrillo sobre el superficie del agua, salir de la piscina con el ladrillo y sin utilizar las escaleras y/o escalones. Esta habilidad debe completarse en cincuenta y cinco (55) segundos (ver Figura Pre.1.3).



Figura Pre.1.1



Figura Pre.1.2



Figura Pre.1.3

# Curso Deslizar Presentación

Una vez que los participantes hayan completado con éxito la verificación de la edad del curso y las habilidades físicas requeridas, se pueden realizar presentaciones entre los participantes y el instructor(es).

Antes de comenzar el Capítulo 1, se debe ~~Manejar~~ <sup>Manual de instructor, versión 2021</sup> la clase a presentación completa del curso. Durante la presentación, el instructor puede optar por pausarla para reforzar el contenido; responder preguntas de los participantes; o participar en debates en clase relacionados con el contenido y/o temas que se presentan.

[Curso de salvavidas: presentación de diapositivas: certificaciones de salvavidas WASH](#)

# Introducción a Salvavidas – Capítulo 1

**OBJECTIVE(S):** 1. Outline purpose of the course; 2. Identify the primary responsibility of a lifeguard; 3. Identify hazards to a lifeguard; 4. Explain how a lifeguard can remain alert while on duty; 5. Identify characteristics & behaviors of a professional lifeguard; 6. Revisar las mejores prácticas para los salvavidas de turno; 7. Definir salvavidas preventivo; 8. Explicar las características y las mejores prácticas del salvavidas preventivo; 9. Identificar los problemas legales sobre los que los salvavidas deben tener conocimiento y comprensión; 10. Explicar las responsabilidades de los salvavidas en relación con los problemas legales.

## GUÍA RÁPIDA DEL CAPÍTULO 1 DEL INSTRUCTOR

Capítulo 1	Entrega de contenido y habilidades
Mini-conferencia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Responsabilidades del socorrista               <ul style="list-style-type: none"> <li>o La responsabilidad principal de un salvavidas es siempre la seguridad de los usuarios.</li> <li>o Existen otros deberes que podrían interferir con la responsabilidad principal.</li> <li>o Es importante asignar "otras tareas" únicamente a otros miembros del personal o salvavidas que no sean responsables de la seguridad directa de los usuarios mientras realizan estas "otras tareas".</li> <li>o Recuerde que el ahogamiento puede ocurrir en cualquier profundidad del agua y en cualquier momento.</li> <li>o Los socorristas deben cuidar su propia salud física, mental y emocional.                   <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Hidratación                       <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Bloqueador solar</li> </ul> </li> <li>▪ Uso de sombrilla/mantenerse alejado del sol tanto como sea posible</li> <li>▪ Descanso y nutrición adecuados</li> <li>▪ Mantener el acondicionamiento físico</li> </ul> </li> <li>o Esté siempre preparado para una emergencia: nunca se confíe, especialmente cuando una cantidad significativa de Ha transcurrido tiempo desde la última emergencia en la instalación.</li> </ul> </li> <li>• socorrista profesional               <ul style="list-style-type: none"> <li>o Presentar todas las características siguientes:                   <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Seguro</li> <li>▪ Altamente calificado</li> <li>▪ Experto</li> <li>▪ Confiable</li> <li>▪ Educado y firme</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• Tres "R"               <ul style="list-style-type: none"> <li>o El trabajo del socorrista se puede dividir en tres grandes categorías.</li> <li>o Reconocer                   <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ El socorrista ve que hay una emergencia y/o necesidad de asistencia del socorrista.</li> </ul> </li> <li>o Respond                   <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Activación del plan de acción de emergencia</li> <li>▪ Proporciona acción o atención en caso de emergencia.</li> </ul> </li> <li>o Recuperar                   <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Activación de procedimientos de recuperación de emergencia                       <ul style="list-style-type: none"> <li>• Limpieza de equipos</li> <li>• Reemplazo de equipos según sea necesario</li> <li>• Asegúrese de que las instalaciones cuenten con personal completo o cierre ciertas áreas sin un salvavidas adecuado cobertura</li> <li>• Reunión de mejora continua posterior al incidente</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• Salvavidas preventivo               <ul style="list-style-type: none"> <li>o El trabajo de un socorrista es prevenir una emergencia y/o accidente en lugar de reaccionar y responder a una situación. emergencia.</li> <li>o Tiene en cuenta todas las políticas y protocolos de gestión de riesgos de las instalaciones.                   <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Comunicarse eficazmente con los usuarios</li> <li>▪ Aplicar las normas de forma coherente y eficaz</li> <li>▪ Familiarizarse con los planes y protocolos de seguridad de las instalaciones y seguirlos.</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• Información legal               <ul style="list-style-type: none"> <li>o Leyes del Buen Samaritano: recuerde a los estudiantes que estas leyes difieren de una jurisdicción a otra.</li> <li>o Se espera que los salvavidas estén familiarizados y cumplan con lo siguiente:                   <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Deber de actuar</li> <li>▪ Estándar de atención</li> <li>▪ Negligencia</li> <li>▪ Consent</li> <li>▪ Abandono</li> <li>▪ Confidencialidad</li> <li>▪ Documentación</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul> <p style="text-align: center;">compartir con estudiantes*</p> <p><small>*El instructor debe consultar el capítulo 1 para obtener más detalles.</small></p>

Video	SIN VIDEOCLIP
Demostración	DEMOSTRACIÓN SIN HABILIDADES
Práctica	SIN PRÁCTICA DE HABILIDADES
Reflejar	<ul style="list-style-type: none"><li>• Dar a los estudiantes tiempo para reflexionar sobre la información, discutirla y hacer preguntas antes de pasar a la siguiente lección/capítulo.</li></ul>

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

Si los salvavidas son los miembros del personal responsables del mantenimiento, la limpieza, los controles del estado de los miembros y otras tareas, entonces esas tareas deben asignarse a los salvavidas que no estén en la tribuna y no sean responsables, en ese momento, de la vigilancia de los clientes.

El ahogamiento puede ocurrir rápidamente incluso en las aguas más superficiales. Es fundamental que el socorrista se mantenga alerta y vigilante durante todo su turno mientras esté en la zona y sea responsable de la vigilancia de los usuarios.

Para mantenerse alerta, el socorrista debe cuidarse. El calor, la humedad y el sol pueden hacer mella en el cuerpo.

Los salvavidas deben mantenerse hidratados, volver a aplicar protector solar cada pocas horas, usar la sombrilla si es posible y rotarse fuera del sol cada 30 minutos. 40 minutos para realizar otras tareas relacionadas con las instalaciones o, simplemente, tomar un descanso.

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

Por último, es fácil caer en la autocomplacencia mientras se está sentado en la torre de salvavidas. Esto es particularmente cierto si ha pasado una cantidad significativa de días desde que la instalación en la que uno opera experimentó algún tipo de emergencia.

Es fundamental 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 una enorme concentración y mucho trabajo para ponerse de pie en una canoa en movimiento. El socorrista debe ejercer este mismo tipo de concentración y esforzarse por 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.

## El socorrista profesional:

**Confianza:** uno debe confiar en su formación. Debe tener confianza en sí mismo durante una emergencia y utilizar su formación para reconocer y responder de forma adecuada y eficaz ante una emergencia acuática.

**Altamente calificado:** practicar sus habilidades físicas de manera regular para asegurarse de estar en forma y preparado para responder durante una emergencia acuática.

**Conocimiento:** es fundamental tener y utilizar los conocimientos para prevenir, reconocer y/o responder a una emergencia. Es responsabilidad del socorrista reforzar y mantener su nivel de conocimientos revisando periódicamente el contenido, participando en capacitaciones periódicas en el servicio y participando en cursos de actualización previos a la temporada en sus instalaciones.

**Confiante:** comprender las responsabilidades de su trabajo, tomarlas en serio y estar dispuesto a trabajar en equipo. Ser puntual y utilizar 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.

## Dependencia de la formación:

Cuando nos enfrentamos a una situación de emergencia, no es raro que el miedo, el estrés y la ansiedad se apoderen de nosotros y provoquen reacciones fisiológicas en el cuerpo. Estas reacciones pueden incluir un aumento de la frecuencia cardíaca, olvidos y pánico mental y emocional general, todo lo cual da como resultado un aumento de la cantidad de sangre oxigenada que circula por el cuerpo. Cuando el cuerpo reacciona de esta manera, el impacto resultante en el rendimiento es negativo, ya que se reduce la capacidad de utilizar las habilidades motoras finas.

Es importante que los socorristas participen en una formación continua que simule la intensidad de una situación de emergencia.

Los ejercicios que obligan a los socorristas a gastar energía para aumentar drásticamente su frecuencia cardíaca, junto con la práctica que requiere que los socorristas reaccionen y realicen sus habilidades rápidamente, prepararán la mente y el cuerpo para responder en una emergencia real. La clave es preparar a los socorristas para responder sin tener que luchar contra los efectos negativos de la descarga de adrenalina.

## Posible trauma relacionado con el estrés:

1. Reacción de estrés agudo: Los salvavidas pueden experimentar estrés intenso durante un rescate o emergencia, lo que provoca síntomas como ansiedad, pánico o confusión.
2. Trastorno de estrés postraumático (TEPT): la exposición repetida a incidentes traumáticos puede provocar TEPT, caracterizado por flashbacks, pesadillas y ansiedad severa.
3. Agotamiento profesional: la exposición continua al estrés sin una recuperación adecuada puede provocar agotamiento emocional y físico, reducción del rendimiento y desconexión del trabajo.
4. Fatiga por compasión: Los salvavidas pueden desarrollar una capacidad disminuida para empatizar con los demás debido al costo emocional de presenciar repetidamente traumas y angustia.
5. Depresión y ansiedad: el estrés continuo puede contribuir a sentimientos de desesperanza, tristeza o preocupación persistente, lo que afecta la salud mental general.

## Técnicas de manejo del estrés

1. Entrenamiento y preparación:
  - o Simulacros regulares: Participe en simulacros de emergencia de rutina para generar confianza y familiaridad con el rescate.
  - o Técnicas.
  - o Entrenamiento en escenarios: Practique el manejo de diversas situaciones de emergencia para reducir la ansiedad y mejorar la respuesta.
2. Apoyo entre pares:
  - o Informes de equipo: después de un incidente estresante, realice sesiones informativas para discutir experiencias y sentimientos, Fomentar un entorno de apoyo.
  - o Buddy Systems: Colabora con colegas para brindar apoyo y estímulo mutuos.
3. Prácticas de autocuidado:
  - o Ejercicio físico: Realice actividad física regularmente para aliviar el estrés y mejorar el estado de ánimo.
  - o Descanso adecuado: Asegúrese de dormir lo suficiente para promover la recuperación y la claridad mental.
4. Técnicas de atención plena y relajación:
  - o Ejercicios de respiración: practique la respiración profunda o técnicas de respiración controlada para controlar el estrés agudo.
  - o Meditación y atención plena: incorporar prácticas de atención plena para mejorar la concentración y reducir la ansiedad.
5. Ayuda profesional:
  - o Servicios de asesoramiento: busque apoyo de profesionales de la salud mental que se especialicen en trauma o estrés.
  - o **gestión.**
  - o Programas de asistencia a los empleados: utilice los recursos disponibles que ofrecen los empleadores para brindar apoyo en materia de salud mental.
6. Establecer límites:
  - o Equilibrio entre vida laboral y personal: Mantener una separación saludable entre el trabajo y la vida personal para prevenir el agotamiento.
  - o Tiempo libre: Tómese descansos regulares y tiempo libre para recargar energías física y mentalmente.
7. Estrategias de afrontamiento positivas:
  - o Diario: escribir sobre experiencias y sentimientos para procesar emociones y reflexionar sobre incidentes estresantes.
  - o Pasatiempos e intereses: Participe en actividades fuera del trabajo que le brinden alegría y relajación.

## Las tres R

- Reconocer
- Responder
- Recuperar

Estas tres fases pueden resumir todas las acciones que debe realizar un socorrista para manejar una emergencia de manera eficaz y eficiente. Todas las acciones que debe realizar un socorrista durante una emergencia se enmarcan en el amplio concepto de las tres R.



Figura C1.2

La fase de reconocimiento consta de 5 etapas:

1. Determinar la ubicación más eficaz de las estaciones de salvavidas para garantizar una vigilancia adecuada de los usuarios. ser mantenido.
2. Utilice la ubicación adecuada de las estaciones de salvavidas para determinar el número de estaciones y, a su vez, el número de Se necesitan socorristas.
3. Establecer zonas de cobertura.
4. Mantener un escaneo efectivo y constante y una vigilancia de los usuarios.
5. Conocer, comprender y ser capaz de identificar adecuadamente los signos y síntomas de una situación de estrés. nadador.

Esta es la fase más importante del trabajo de un socorrista. Si no se reconoce a la víctima, es probable que se ahogue, ya que no habrá respuesta ni intervención de emergencia.

La fase de respuesta consta de 5 etapas:

1. Activar inmediatamente el Plan de Acción de Emergencia (PAE).
2. Decidir la acción/respuesta requerida (es decir, asistencia o ingreso al agua para un rescate).
3. Ejecutar la asistencia o rescate acuático.
4. Extraer a la víctima del agua.
5. Completar un informe de rescate o incidente y liberar a la víctima.

La respuesta específica del socorrista está determinada por una serie de variables que incluyen el tipo, la ubicación y la gravedad de la situación de emergencia.



Figura C1.3

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

1. Active los procedimientos de recuperación de emergencia.
2. Limpie y desinfecte el equipo contaminado.
3. Reemplazar el equipo que pueda haber sido transportado al hospital con la víctima o De lo contrario, habría que retirarlo del servicio.
4. Asegúrese de que la instalación cuente con personal completo.
5. Realizar y participar en la Reunión de Mejora Continua Post-Incidente.



Figura C1.4

## Salvavidas preventivo

Cada organización de salvavidas debe decidir entre salvavidas preventivo y salvavidas reactivo.

La vigilancia preventiva es una estrategia que incluye una serie de técnicas que se utilizan para evitar que se produzcan accidentes, rescates y otros incidentes de emergencia. Requiere que el/los salvavidas/s vigilen continuamente a los nadadores durante todo su turno y detengan conductas que podrían provocar un incidente de emergencia.

El socorrismo reactivo es más similar al de la mayoría de los servicios de emergencia y de primeros auxilios en el sentido de que los socorristas no vigilan constantemente la playa ni a los bañistas. En cambio, los socorristas no están asignados a una zona de baño o playa específica, sino que realizan patrullas itinerantes por toda la costa. En este caso, los socorristas responden a una llamada de emergencia en lugar de trabajar para prevenirla.

Los socorristas se consideran personal de primera respuesta. Sin embargo, a diferencia de cualquier otro socorrista, normalmente el trabajo de un socorrista de piscina es evitar que se produzca una emergencia o un accidente, en lugar de reaccionar y responder a una emergencia o un accidente que ya se ha producido. No se debe malinterpretar que, cuando se produce un accidente o una emergencia, el socorrista debe responder y proporcionar la atención adecuada de acuerdo con las certificaciones que posee actualmente.

Sin embargo, los bomberos, por ejemplo, no vigilan durante todo su turno para evitar que se produzcan emergencias.

En cambio, los socorristas sólo son llamados cuando ocurre una emergencia, mientras que ellos mantienen una vigilancia constante y su principal responsabilidad es la prevención de una emergencia.

Muchas veces, la gente ve la respuesta de los departamentos de bomberos, servicios médicos de urgencia y policía. Sin embargo, el trabajo de un socorrista a menudo pasa desapercibido.

La protección preventiva puede incluir:

- Políticas

y protocolos internos del departamento o de la organización: Algunos ejemplos de estas políticas y protocolos

Los protocolos son: reglas de la piscina, técnicas de vigilancia de los usuarios, capacitación y expectativas de los empleados establecidas y bien planificadas, y posicionamiento de los salvavidas según el diseño de la instalación.

- Comunicación: 1) Comunicación eficaz con/educación de los usuarios: durante esta comunicación, el salvavidas puede compartir y explicar las reglas de la instalación y educar a los usuarios sobre comportamientos seguros, inseguros o riesgosos. 2) Comunicación efectiva con otros salvavidas y el personal con respecto a posibles peligros, observaciones e incidentes/emergencias que puedan surgir.
- Normas y reglamentos: hacer cumplir de manera consistente y eficaz las normas y reglamentos de la instalación.
- Vigilancia y monitoreo (ver también los Capítulos 6 y 7): 1) Los salvavidas deben escanear continuamente el área de natación/agua (y las áreas de cubierta) para detectar posibles peligros, monitorear el comportamiento de los nadadores/usuarios e identificar a los nadadores/usuarios en peligro. 2) Las áreas de natación deben dividirse en zonas designadas con salvavidas asignados a áreas específicas para garantizar un monitoreo/escaneo adecuado y efectivo.
- Capacitación regular en servicio: 1) Los salvavidas deben participar en una capacitación regular y constante en servicio que, entre otros temas y habilidades (es decir, practicar el EAP y las habilidades de rescate), incluya la prevención de accidentes. • Promoción de habilidades de natación y seguridad en el agua: 1) Sistema de compañeros: aliente a los clientes a usar el sistema de compañeros cuando naden para que puedan ayudarse entre sí si/ cuando estén en apuros. 2) Clases de natación: ofrecer clases de natación puede ayudar a mejorar las habilidades y la confianza de los clientes en el agua, lo que lleva a una reducción de accidentes.
- Evaluación(es) de riesgos: 1) Controles regulares y equipos para garantizar el funcionamiento antes de cada turno de salvavidas. 2) Controles de las instalaciones y del entorno para detectar condiciones peligrosas (por ejemplo, cubiertas resbaladizas, sillas rotas, etc.) e inclemencias del tiempo. 3) Mantener la limpieza de las instalaciones.



Figura C1.5



### ***ECONOMICAL & ACCESSIBLE COURSES:***

Considere tomar otro curso especializado o convertirse en un Instructora WASH

<http://lifeguardingclasses.org/product-category/courses-listed/lifeguard-courses/>

## Información legal para socorristas



### Leyes del buen samaritano

Las leyes del buen samaritano están diseñadas para proteger a las personas que brindan la atención de emergencia necesaria de buena fe y sin obligación de actuar o que no reciben ningún tipo de compensación a cambio. Por lo tanto, en algunos casos y en algunos estados, los rescatistas profesionales, incluidos los socorristas, no están cubiertos por estas leyes, ya que tienen el deber de actuar y, por lo general, reciben alguna compensación 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 emergencias esté protegido por estas leyes, no debe actuar fuera del ámbito de su formación ni ser negligente con la atención brindada.

Un socorrista, para limitar su responsabilidad, debe familiarizarse y comprender cómo las siguientes consideraciones legales se ajustan a las Buenas Prácticas Leyes samaritanas en su estado:

- **Deber de actuar:** Uno debe brindar la atención para la cual ha sido capacitado y certificado para brindarla.
- **Estándar de atención:** se espera legalmente que se brinde un estándar o nivel mínimo de atención de emergencia a todas las víctimas.  
La capacitación proporcionada debe estar siempre dentro del alcance de la capacitación y el nivel de certificación del usuario.
- **Negligencia:** se espera que la persona brinde atención solo de acuerdo con su nivel de capacitación; nunca debe brindar atención que vaya más allá del alcance de su capacitación. También debe brindar atención de emergencia que sea adecuada o recomendada para la condición de la víctima. La atención de emergencia que brinde debe cumplir con la secuencia y la entrega adecuadas que se aprendieron y practicaron durante la capacitación.
- **Consentimiento:** todos los socorristas certificados deben obtener el permiso de todas las víctimas antes de iniciar la atención de emergencia. La persona debe identificarse por su nombre y nivel de certificación. Luego, debe pedir permiso a la víctima para brindarle la atención de emergencia adecuada. En ausencia de consentimiento, la atención de emergencia no se puede brindar legalmente.
- **Rechazo de atención:** la víctima tiene el derecho legal de rechazar o rechazar cualquier tipo de atención en cualquier momento, incluso si el personal de emergencia considera que la atención es necesaria. Los padres y tutores legales también pueden rechazar la atención de emergencia para sus hijos menores. Estas negativas deben respetarse legalmente y no se debe brindar la atención. Se debe documentar el rechazo de la atención con un formulario estándar utilizado por la organización para tal fin y se debe mantener en archivo; es importante que el formulario esté firmado tanto por el cuidador de emergencia como por la persona que rechaza la atención.
- **Abandono:** Uno puede tener la obligación legal de brindar la atención de emergencia adecuada a una víctima. Una vez que se inicia esta atención, uno no puede interrumpir la atención hasta que y a menos que ocurra al menos uno de los siguientes:
  - La(s) víctima(s) ya no requieren atención de emergencia
  - Una persona de certificación igual o superior se hace cargo de la atención de emergencia.
  - La escena se vuelve insegura para continuar brindando atención de emergencia.
- **Confidencialidad –** Cualquier información relacionada con la identidad de la víctima, lesiones, estatutos médicos o historial y circunstancias relacionadas con su vida. Las lesiones se consideran confidenciales y no pueden ser divulgadas ni compartidas por nadie con terceros.
- **Documentación:** Hacer un registro escrito oficial de toda la información relacionada con el incidente, la atención brindada y las circunstancias que llevaron al incidente. en torno a la necesidad de administrar atención de emergencia.

Además, es probable que en su centro de trabajo haya una variedad de formularios que se deben completar a diario, dos veces al día, semanalmente o cuando ocurre una emergencia (como se mencionó anteriormente). Independientemente del formulario que se complete, es importante ser minucioso, detallista, veraz y oportuno al hacerlo. Siempre es mejor tener la información del informe que se está completando fresca en la mente para evitar confusiones y olvidos.

En la mayoría de los casos, los documentos que un socorrista completa a diario o semanalmente son requeridos por estatutos o reglamentos locales o estatales y pueden ser inspeccionados por el departamento de salud. Estos documentos también pueden estar sujetos a citaciones judiciales.

#### CAPÍTULO SOBRE LA RESUMEN

1.) Las leyes del Buen Samaritano están diseñadas para proteger a los rescatistas profesionales.

- a. Verdadero
- b. FALSO

2.) Enumere las consideraciones legales que un socorrista, para limitar su responsabilidad legal, debe conocer y comprender cómo se aplican las consideraciones.

cumplir con las Leyes del Buen Samaritano en su estado u otra jurisdicción.

3.) ¿Por qué es importante que los salvavidas completen los informes de manera precisa y oportuna?

4.) Indique cuál es la responsabilidad principal de un salvavidas tal como usted la entiende:

5.) Una vez que haya completado con éxito el curso de capacitación para certificación de salvavidas de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH), no es necesario asistir a sesiones de práctica de habilidades adicionales, capacitaciones en servicio o capacitaciones de actualización previas a la temporada.

- a. Verdadero
- b. FALSO

6.) El Socorrista Profesional es:

- a. Confiable; arrogante; firme; erudito; hábil; educado
- b. Confiable; transgresor de las normas; educado; firme; concededor
- c. Seguro de sí mismo; informado; educado; altamente capacitado; confiable
- d. Firme; educado; no confiable; altamente capacitado; confiado

7.) ¿Es importante que el socorrista cuide su salud incluyendo mantenerse hidratado y usar protección solar?

- a. Verdadero
- b. FALSO

8.) ¿Qué es el socorrista preventivo? ¿Cómo practica un socorrista el socorrista preventivo?

## Equipo de protección individual (EPI) – Capítulo 2

**OBJECTIVE(S):** 1. Define bloodborne pathogens; 2. Identify the standard precautions to be used when providing emergency care; 3. Identify the methods & best practices to prevent exposure to bloodborne pathogens; 4. Identify and explain the best practices when dealing with fecal matter in the swimming pool.

### GUÍA RÁPIDA DEL CAPÍTULO 2 DEL INSTRUCTOR

Capítulo 2	Entrega de contenido y habilidades
Mini-conferencia	<ul style="list-style-type: none"> <li>Definir y proporcionar ejemplos de patógenos transmitidos por la sangre.</li> <li>Definir las precauciones estándar de EPP y proporcionar ejemplos que suelen utilizarse socorristas</li> <li>Explicar cómo quitarse los guantes.</li> <li>Explicar los pasos que se deben seguir si se está expuesto a patógenos transmitidos por la sangre.</li> <li>Explicar cómo desechar adecuadamente los suministros de primeros auxilios contaminados y cómo desinfectar el equipo reutilizable sucio.</li> </ul> <p>*El instructor debe hacer referencia al capítulo Paramás detalles 2 a compartir con estudiantes*</p>
Video	SIN VIDEOCLIP
Demostración	<ul style="list-style-type: none"> <li>Eliminación y eliminación adecuada de los guantes.</li> </ul>
Práctica	<ul style="list-style-type: none"> <li>Los estudiantes practican cómo ponerse y quitarse los guantes correctamente.</li> </ul>
Reflejar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dar tiempo a los estudiantes para reflexionar sobre la información, debatirla y hacer preguntas antes de pasar a la siguiente lección/capítulo.</li> </ul>

El equipo de protección personal (EPP) incluye cualquier elemento que se use o se lleve puesto para limitar la exposición de una persona a patógenos transmitidos por la sangre, mientras se brinda atención de emergencia a una víctima. Los patógenos transmitidos por la sangre son fluidos corporales, incluida la sangre y el líquido cefalorraquídeo. Existe una variedad de tipos de EPP utilizados por socorristas, profesionales médicos y otros socorristas. La pieza más común de EPP son los guantes protectores. Muchas organizaciones usan guantes de nitrilo para eliminar posibles reacciones alérgicas a los guantes de látex.

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 realizarse antes de que se produzca una emergencia. Algunas medidas que puede adoptar el socorrista para protegerse incluyen:

- Asegurarse de que su riñonera y/o botiquín de primeros auxilios contenga todo el EPP necesario, como mascarillas o protectores faciales, guantes de nitrilo, bolsas de material biológico peligroso, gasas, gafas protectoras y otros equipos.
- Asegurarse de que todo el equipo de rescate esté funcionando antes de su turno como salvavidas.

Recuerde siempre acceder y utilizar su EPP incluso antes de saber que lo necesita: la regla general siempre debe ser ponerse el EPP en caso de que se necesite más adelante durante el proceso de atención de emergencia.

Por ejemplo, un cliente se acerca a un socorrista porque no se siente bien, pero no hay señales de fluidos corporales. Antes de iniciar la atención y/o examinar al cliente, el socorrista debe ponerse los guantes en caso de que exista riesgo de exposición más adelante durante el proceso de atención de emergencia.

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

## Quitarse los guantes

Sujete un guante por la muñeca y quítelo de la mano, hasta los dedos y de adentro hacia afuera. Con los dedos cubiertos, sujete el otro guante y quítelo de la mano y de adentro hacia afuera, dejando el primer guante dentro del segundo.

## Exposición a patógenos transmitidos por la sangre

Si uno cree que él o ella (o un compañero de trabajo) ha estado expuesto a algún patógeno transmitido por la sangre, es fundamental que se tomen inmediatamente las siguientes medidas:

- Lave y descontamine completamente el área(s) lo mejor posible y durante al menos 5 minutos, usando jabón y agua tibia
- Si algún patógeno transmitido por la sangre entra en contacto con los ojos o alrededor de ellos, deben enjuagarse durante al menos 20 minutos con agua esterilizada o solución salina solución.



Figura C2.1

Todas las instalaciones deben contar con 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 o en el manual del empleado. El plan de exposición puede variar levemente de una instalación a otra, pero todas deben tener algunos de los mismos componentes clave. Estos incluyen:

Buscar atención médica inmediata para aquellos expuestos y/o que se cree que han estado expuestos.

Documentar y reportar la exposición a los supervisores y la gerencia de las instalaciones.

Eliminación y limpieza de materiales contaminados

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

Además de los EPI para los socorristas y el personal, cada instalación debe contar con controles para la eliminación adecuada de materiales de riesgo biológico (es decir, elementos contaminados o sucios). Por ejemplo, debe haber bolsas de riesgo biológico y contenedores de plástico para objetos punzantes que representen un riesgo biológico. Estos deben poder cerrarse fácilmente y estar etiquetados correctamente. El contenedor para objetos punzantes debe poder soportar los objetos colocados en el interior sin perforarse ni tener fugas.

Las instalaciones también podrían considerar kits para "derrames de sangre" para limpiar la plataforma de la piscina o sus alrededores y otras áreas de las instalaciones.

Siempre que las instalaciones de la piscina o el equipo de salvavidas se contaminen durante una emergencia, los artículos deben desinfectarse adecuadamente antes de volver a ponerse en servicio. Para lograr esto, utilice una solución de agua con lejía al 10 % para fregar el equipo.

También se debe limpiar y desinfectar el área en la que se haya producido cualquier derrame antes de volver a abrirla o de utilizarla. Para lograrlo, asegúrese de que el área esté cerrada y no sea accesible para otras personas. Luego, use la misma solución de agua y cloro al 10 % para aplicarla en el área y déjela reposar durante unos minutos antes de barrer todo.

Recuerde siempre utilizar su EPP al manipular equipos y materiales contaminados o potencialmente contaminados.

Los tres patógenos más comunes transmitidos por la sangre son: el virus de inmunodeficiencia humana (VIH), el virus de la hepatitis B (VHB) y el virus de la hepatitis C (VHC). Otros ejemplos menos frecuentes son la malaria y la brucelosis.

#### Limpieza de materia fecal

En caso de que se produzcan heces en la piscina o el jacuzzi, los socorristas deberán retirarlas lo antes posible utilizando una red, un recogedor o un balde. Los usuarios deberán ser retirados inmediatamente de esta zona de baño.

Lo mejor en este punto es notificar a la administración para que el equipo de mantenimiento de la piscina de la instalación y/o el operador de piscina certificado puedan limpiar y desinfectar adecuadamente el equipo utilizado durante la limpieza y puedan desinfectar adecuadamente el agua contaminada mediante un tratamiento de choque o usando un método alternativo.

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

## CAPÍTULO DOS RESUMEN

1.) Describa qué se entiende por precauciones estándar:

2.) En última instancia, es responsabilidad de cada socorrista asegurarse de que su botiquín de primeros auxilios y/o su riñonera estén provistos de EPP.

- a. Verdadero
- b. FALSO

3.) Los patógenos transmitidos por la sangre son:

# Gestión de riesgos & Seguridad – Capítulo 3

**OBJECTIVE(S):** 1. Identify & explain general facility risks; 2. Explain how to identify and manage risks to patrons and staff.

## GUÍA RÁPIDA DEL CAPÍTULO 3 DEL INSTRUCTOR

Capítulo 3	Entrega de contenido y habilidades
Mini-conferencia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El salvavidas es responsable de la seguridad de los usuarios.</li> <li>• El socorrista debe inspeccionar las instalaciones y su equipo de rescate antes de comenzar cada turno. Cualquier problema debe notificarse de inmediato. Si representa un riesgo para la seguridad, se debe cerrar el área o, si es posible, se debe prohibir el acceso a la zona o el peligro específico. El equipo que falte o que no funcione debe reemplazarse antes de abrir la zona a los bañistas.</li> <li>• Procedimientos de seguridad y condiciones climáticas adversas.</li> </ul> <p>*El instructor debe consultar el capítulo 3 para obtener más detalles. a compartir con estudiantes*</p>
Video	SIN VIDEOCLIP
Demostración	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El instructor debe realizar una inspección simulada de las instalaciones (que se utilizan para la clase).</li> </ul>
Práctica	NO HAY HABILIDADES PARA PRACTICAR
Reflejar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar a los estudiantes tiempo para reflexionar sobre la información, discutirla y hacer preguntas antes de pasar a la siguiente lección/capítulo.</li> </ul>



Figura C3.1

Cualquier cosa que pueda causar lesiones y/o pueda ser un peligro para los clientes, compañeros de trabajo, vendedores y contratistas u otros debe ser inspeccionado y reparado rutinariamente según sea necesario.

Recuerde que el objetivo principal de la presencia de un socorrista es la seguridad y el bienestar de las personas (usuarios y compañeros de trabajo) en las instalaciones acuáticas. Más adelante, analizaremos con más detalle la vigilancia de los usuarios y la respuesta ante emergencias. Mientras tanto, comprenda que la vigilancia de los usuarios, la respuesta ante emergencias y la seguridad general de los usuarios son las únicas responsabilidades del socorrista.

La responsabilidad del socorrista, en lo que respecta a la seguridad, se extiende mucho más allá de la seguridad de los bañistas. La mayoría de las instalaciones deberían tener, y de hecho tienen, protocolos establecidos para que los socorristas inspeccionen e informen sobre el estado de la plataforma y el equipo de la piscina, así como de otras áreas como las salas de bombas, los vestuarios y los baños, y las áreas de almacenamiento de productos químicos.

La vigilancia de los usuarios y la respuesta ante emergencias 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 usarse en cualquier momento. Cada vez que un socorrista se prepara para comenzar su turno, se debe inspeccionar todo el equipo para asegurarse de que funcionará correctamente durante una emergencia. Además, se deben revisar los botiquines de primeros auxilios para garantizar que haya un inventario adecuado de suministros. Por supuesto, cualquier problema con el equipo o falta de suministros de primeros auxilios debe notificarse de inmediato. La piscina no debe abrirse a los nadadores 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 adecuadas son, en última instancia, responsabilidad del director de actividades acuáticas u otro administrador de las instalaciones. Sin embargo, la responsabilidad por estos elementos 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.



Figura C3.2

## Condiciones climáticas adversas

El clima puede afectar a los bañistas y a otras personas que se encuentren en la plataforma de la piscina o sus alrededores, 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 peligrosas.

Siga siempre la política meteorológica de la instalación y preste mucha atención al pronóstico local y otras advertencias meteorológicas.

En términos generales, tan pronto como haya cualquier señal de mal tiempo (es decir, truenos, relámpagos o vientos peligrosos) que se acerque al área, el/los salvavidas deben:

- Baje inmediatamente del puesto de salvavidas o de otra posición elevada.
- **Sacar a los bañistas del agua.**
- Retire a los clientes de la plataforma de la piscina (o de la playa en las instalaciones frente al mar).
- Despeje a los usuarios de todas las demás áreas al aire libre de las instalaciones.

En las instalaciones al aire libre, se debe indicar a los clientes que busquen refugio en el interior hasta que pase la tormenta. Si la instalación no cuenta con un área interior que los clientes puedan usar para buscar refugio, la administración debe considerar medidas alternativas para mantener a los clientes seguros. Por ejemplo, es posible que se pueda usar el interior de negocios adyacentes, como vestíbulos de hoteles, tiendas minoristas u otros edificios grandes durante las tormentas.

En algunos casos, las instalaciones pueden contar con un detector de rayos que alertará al personal de administración cuando haya rayos en la zona. A veces, esto permite que los socorristas comiencen a despejar las áreas mencionadas anteriormente antes de que llegue una tormenta eléctrica.

No se debe permitir que los usuarios vuelvan a ingresar a la piscina ni a ninguna otra área pública al aire libre de las instalaciones hasta que hayan transcurrido treinta (30) minutos desde el último trueno o avistamiento de relámpagos.

Existen otras condiciones climáticas que pueden no ser peligrosas para los usuarios que se encuentran en la plataforma de la piscina o en sus alrededores, pero que no son seguras para los usuarios que se encuentran en la piscina. Estas condiciones incluyen niebla, lluvia intensa o cualquier otra condición que afecte la capacidad del socorrista de ver claramente a los usuarios en la piscina o que afecte la capacidad del socorrista de ver claramente el fondo de la piscina. En estos casos, los bañistas deben ser retirados del área de natación hasta que las condiciones mejoren lo suficiente para permitir que la vigilancia de los usuarios se reanude de manera segura.

## Química del agua

Los socorristas deben ser conscientes de la importancia fundamental de garantizar entornos acuáticos seguros y saludables. Los aspectos fundamentales de la gestión de piscinas y la química del agua incluyen las pruebas del agua, el equilibrio químico y los sistemas de filtración. Los socorristas, los operadores de piscinas y los supervisores de instalaciones acuáticas deben estar bien versados en la prevención de enfermedades relacionadas con el agua recreativa. Mantener los niveles adecuados de desinfección y la circulación del agua es fundamental para garantizar la seguridad de las instalaciones acuáticas, pero también contribuye al bienestar general de las personas que participan en actividades acuáticas.

Una piscina debe cerrarse por mala química del agua cuando los parámetros cruciales se desvían de los niveles recomendados. Estos parámetros abarcan el pH, los niveles de cloro, la alcalinidad y la concentración de ácido cianúrico. Los desequilibrios en estos factores pueden provocar una serie de problemas, como irritación de la piel y los ojos, crecimiento bacteriano y disminución de la claridad del agua, lo que compromete la seguridad y el bienestar general de los asistentes a la piscina. Todas las instalaciones acuáticas deben hacer hincapié en la realización de pruebas periódicas del agua y en la adopción de medidas correctivas inmediatas para garantizar el cumplimiento de los protocolos y las normas de seguridad del departamento de salud local. Al adherirse a dichos protocolos, las instalaciones acuáticas pueden mantener los más altos estándares de calidad del agua y mitigar los posibles riesgos para la salud.

- Niveles de pH: las normas generalmente exigen que el agua de la piscina mantenga un rango de pH específico (normalmente entre 7,2 y 7,8). Los niveles de pH adecuados garantizan la comodidad de los bañistas y optimizan la eficacia de los desinfectantes.
- Niveles de cloro: los niveles de cloro libre deben mantenerse dentro de un rango específico (a menudo de 1 a 3 ppm para piscinas públicas).  
Esencial para una desinfección eficaz y la prevención de enfermedades transmitidas por el agua.
- Alcalinidad total: las regulaciones a menudo establecen pautas para la alcalinidad total (generalmente entre 80 y 120 ppm) para ayudar a estabilizar el pH.  
niveles y mejorar la calidad del agua.
- Ácido cianúrico: para piscinas al aire libre, las regulaciones pueden especificar niveles aceptables de ácido cianúrico (comúnmente de 30 a 50 ppm)  
Proteger el cloro de la degradación por la luz solar.

## Saneamiento del agua

- **Requisitos de desinfección:** Las piscinas deben desinfectarse periódicamente para evitar el crecimiento de patógenos dañinos. Los desinfectantes comunes incluyen cloro, bromo y sistemas ultravioleta (UV). Las regulaciones generalmente requieren que se use un nivel específico de desinfectante mantenido.
- **Sistemas de filtración:** Las piscinas deben contar con un sistema de filtración adecuado para eliminar los residuos y contaminantes. Las reglamentaciones pueden especificar la tasa de renovación (el tiempo que tarda todo el volumen de agua en pasar por el filtro) en función del tipo de piscina (por ejemplo, pública, residencial).
- **Pruebas periódicas:** las piscinas deben realizar pruebas periódicas de la calidad del agua, a menudo varias veces al día, para controlar el pH y el cloro. niveles de contaminantes y otros parámetros químicos. Es posible que sea necesario mantener registros de pruebas y que estén disponibles para su inspección.
- **Retrolavado y mantenimiento:** Las regulaciones a menudo requieren un mantenimiento regular de los sistemas de filtración, incluido el retrolavado, para garantizar un funcionamiento y saneamiento óptimos.

## Capacidad de la piscina

- **Límites de capacidad máxima:** las reglamentaciones suelen establecer límites de capacidad máxima en función del tamaño y el diseño de la piscina. Esto garantiza que la cantidad de nadadores no supere los límites de funcionamiento seguros de la piscina, lo que evita el hacinamiento y mejora la seguridad.
- **Pautas sobre metros cuadrados:** muchas jurisdicciones especifican una cierta cantidad de pies cuadrados de superficie de agua por nadador (por ejemplo, 15 pies cuadrados por persona). Este cálculo ayuda a determinar la ocupación máxima permitida.
- **Señalización:** Generalmente, se requiere que las piscinas coloquen una señalización clara que indique la capacidad máxima, lo que ayuda a hacer cumplir el cumplimiento entre mecenas.

## CAPÍTULO TRES RESUMEN 1.) La

responsabilidad de un salvavidas, en lo que respecta a la seguridad, puede extenderse mucho más allá de la seguridad de los nadadores.

- a. Verdadero
- b. FALSO

2.) La vigilancia de los usuarios y la respuesta ante emergencias 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 usarse en cualquier momento. Cada vez que un socorrista se prepara para comenzar su turno, todo el equipo debe inspeccionarse para garantizar que funcionará correctamente durante una emergencia.

- a. Verdadero
- b. FALSO

3.) La seguridad general y las políticas, protocolos, inspecciones y listas de verificación adecuadas son, en última instancia, responsabilidad del director de actividades acuáticas u otro administrador de las instalaciones. Sin embargo, la responsabilidad por estos elementos 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. a. Verdadero

- a. Verdadero
- b. FALSO

# Cumplimiento de las normas – Capítulo 4

**OBJECTIVE(S):** 1. Explain the focus when establishing rules; 2. State how to effectively communicate rule to patrons; 3. Understand the benefits of educating patrons on rules.

## GUÍA RÁPIDA DEL CAPÍTULO 4 DEL INSTRUCTOR

Capítulo 4	Entrega de contenido y habilidades
Mini-conferencia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Importancia de las reglas, comprensión de las reglas por parte de los socorristas y aplicación constante de las mismas. normas</li> <li>• Cómo y por qué un socorrista debe hablar con los usuarios para educarlos sobre las reglas.</li> <li>• Difusión efectiva y publicación pública de normas y reglamentos.</li> <li>• Cómo reducir la intensidad del comportamiento conflictivo</li> <li>• Definir el desmayo hipóxico y cómo prevenir las actividades que implican contener la respiración.</li> </ul> <p>*El instructor debe hacer referencia al capítulo Para más detalles 4 a compartir con estudiantes*</p>
Vídeo	SIN VIDEOCLIP
Demostración	SIN DEMOSTRACIÓN
Práctica	SIN PRÁCTICA DE HABILIDADES
Reflejar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar tiempo a los estudiantes para reflexionar sobre la información, debatirla y hacer preguntas antes de pasar a la siguiente. lección/capítulo.</li> </ul>

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

- Establecer un conjunto de reglas.
- Desarrollar la comprensión de las reglas por parte de los salvavidas.
- Hacer cumplir las reglas de manera constante y firme y educar a los usuarios acerca de ellas.

El primer paso para hacer cumplir las normas en una instalación de natación es tener reglas, normas, protocolos y procedimientos bien establecidos. Debe haber un conjunto de reglas que sean relativamente estándar de una instalación a otra. Luego, normalmente, hay reglas adicionales que son específicas de cada instalación y sus circunstancias únicas. El objetivo siempre debe ser garantizar la seguridad de los usuarios.

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. Teniendo esto en cuenta, las instalaciones deben asegurarse de publicar las reglas en las puertas o portones de entrada.

Los socorristas deben conocer y comprender las reglas y la mejor manera de hacerlas cumplir de manera firme y constante. Esto puede requerir una sesión de capacitación en el lugar donde se les presente a los socorristas una variedad de situaciones y se les pida que representen, mientras reciben retroalimentación y orientación, la respuesta a los clientes.

Si la piscina es parte de una asociación de propietarios (HOA), un complejo de apartamentos o funciona como una instalación para miembros, las reglas deben incluirse con la documentación inicial y anual y/o el texto de las reglas debe agregarse a los documentos de gobierno. En este tipo de instalaciones, la administración puede considerar sanciones por infracciones reiteradas de las reglas y regulaciones.

A menudo, las personas que hayan demostrado un comportamiento inseguro que infrinja las reglas o el espíritu de las reglas o que participen o no respeten las reglas publicadas pueden reaccionar y volverse conflictivas. Los salvavidas deben recibir capacitación de la instalación sobre la mejor manera de manejar una situación de este tipo, tratando de calmar la situación y comunicándose con la administración de inmediato. Además, las reglas o los documentos rectores deben incluir un texto que describa sanciones más severas para tales confrontaciones y reacciones a la aplicación de las reglas.



Figura C4.1

Los socorristas y el personal de las instalaciones acuáticas y de piscinas deben tomarse el tiempo de educar a los clientes. Esto tiene múltiples propósitos, todos los cuales harán que el trabajo de los socorristas de hacer cumplir las reglas sea un poco más fácil y las instalaciones un poco más seguras. Por ejemplo, si los administradores de cubierta, los administradores de las instalaciones, los socorristas (no responsables de la vigilancia de los clientes) y otros miembros del personal se toman el tiempo de circular y hablar con los clientes para informarles y explicarles por qué es importante que cumplan las reglas, es posible que se eliminen o limiten las infracciones de estas reglas más adelante. Esto permitirá que los socorristas de turno permanezcan concentrados en el escaneo y la vigilancia de los clientes.

Además, los clientes tienden a ser más receptivos a la aplicación de las normas si comprenden la necesidad de las mismas. Por lo tanto, tomarse el tiempo para hablar con los clientes en lugar de simplemente denunciarlos puede resultar contraproducente. fuera a

Ser más productivo a largo plazo. Recuerde que, si uno tiene responsabilidades de escaneo y vigilancia de los clientes, nunca debe abandonar su zona de cobertura ni interrumpir estas tareas de escaneo para hablar con un cliente. En cambio, la instalación debe emplear a un administrador de cubierta u otra persona que interactúe con los clientes y los eduque.



Figura C4.2

## Ejemplo de reglas de piscina

Tome una ducha antes de entrar a la piscina.

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

No se permite correr en la zona de la piscina.

No bucear.

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 los efectos del alcohol o drogas.

No se permite el uso de la piscina si se tienen heridas abiertas o enfermedades contagiosas o infecciosas.

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

No se permite el uso de la piscina por parte de niños con pañales sin braguitas de goma o plástico encima del pañal.

No se permite fumar.

No se permite comida ni bebida en la piscina.

## Hiperventilación voluntaria y retención de la respiración

La retención voluntaria de la respiración se ha citado como causa de incidentes de ahogamiento en distintas profundidades del agua. Existen algunas descripciones diferentes de esta condición, algunas basadas en los resultados y otras en el comportamiento que conduce a los resultados. . Para

Por ejemplo, se lo puede ver referido como desmayo bajo el agua, desmayo por apnea 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 apnea en aguas poco profundas. Generalmente es causada por hiperventilación justo antes de una inmersión, lo que reduce el nivel de dióxido de carbono (CO<sub>2</sub>) y retrasa la necesidad del buceador de respirar"<sup>2</sup>

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

Es importante que se prohíban las actividades voluntarias de apnea en todas las piscinas e instalaciones acuáticas. Esta es una regla que debe agregarse y exhibirse de manera destacada en todos los carteles de reglas. Además, se debe brindar capacitación a los salvavidas sobre cómo pueden ser las actividades de apnea en el agua y cerca de ella como parte del programa de capacitación en servicio programado regularmente en las instalaciones.

## Requisitos de la prueba de natación en aguas profundas

La implementación de protocolos de prevención de riesgos puede garantizar la seguridad de todos los usuarios de las instalaciones acuáticas. Una de esas políticas es una prueba de natación en aguas profundas. Todas las instalaciones acuáticas deben desarrollar y hacer cumplir dicha política. Se recomienda que todos los usuarios que deseen nadar en la parte profunda de la piscina pasen una prueba de natación que incluya: habilidad/capacidad mínima para nadar, control de la respiración y resistencia. Como mínimo, se debe hacer que los usuarios demuestren/completan con éxito: flotar boca arriba durante 30 segundos, mantenerse a flote en el agua durante 30 segundos y nadar una brazada hacia adelante durante 2 largos de la piscina.

## Proceso de ahogamiento – Capítulo 5

**OBJECTIVE(S):** 1. Identify general facts with regard to accidental drowning incidents across the world; 2. Define drowning; 3. Explain the drowning process.

### GUÍA RÁPIDA DEL CAPÍTULO 5 DEL INSTRUCTOR

Capítulo 5	Entrega de contenido y habilidades
Mini-conferencia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El instructor debe compartir algunas estadísticas de ahogamiento que se enumeran en el manual.</li> <li>• Definir el ahogamiento y explicar el proceso de ahogamiento.</li> <li>• Explicar el factor RID</li> </ul> <p>*El instructor debe hacer referencia al capítulo Para más detalles 5 a compartir con estudiantes*</p>
Video	SIN VIDEOCLIP
Demostración	SIN DEMOSTRACIÓN
Práctica	SIN PRÁCTICA DE HABILIDADES
Reflejar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar tiempo a los estudiantes para reflexionar sobre la información, debatirla y hacer preguntas antes de pasar a la siguiente lección/capítulo.</li> </ul>

### Estadísticas de ahogamientos

Entre 2005 y 2014, hubo un promedio de 3536 ahogamientos accidentales fatales (no relacionados con la navegación) anualmente en los Estados Unidos.

alrededor de diez muertes por día<sup>5</sup>.

Cada año mueren 332 personas más por ahogamiento en incidentes relacionados con la navegación<sup>6</sup>.

Aproximadamente una de cada cinco personas que mueren ahogadas son niños de 14 años o menos<sup>5</sup>.

Por cada niño que muere ahogado, otros cinco reciben

atención en un departamento de emergencias por lesiones de inmersión no fatales<sup>5</sup>.

A nivel mundial, más de 4 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<sup>5</sup>.

### ¿Qué es el ahogamiento?

1. Se inhala agua y la persona que se está ahogando siente una descarga de adrenalina mientras lucha por respirar.
2. La vía aérea comienza a cerrarse para evitar que entre más agua a los pulmones. En esta etapa, la víctima contiene la respiración involuntariamente hasta perder el conocimiento. Este proceso dura entre 2 y 3 minutos.
3. La víctima pierde el conocimiento. Una reanimación eficaz puede salvar a la víctima y aún tiene posibilidades de sobrevivir. La víctima dejará de respirar y su pulso se ralentizará.
4. En ausencia de oxígeno, el cuerpo de la víctima se torna de un tono azul y puede comenzar a sacudirse erráticamente, como si estuviera convulsionando.
5. La etapa final del ahogamiento se llama hipoxia cerebral y es seguida por la muerte clínica.

## Causas comunes de ahogamiento

Existen 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– se ha identificado como causas de incidentes de ahogamiento cuando hay salvavidas presentes.

**Reconocimiento:** el personal de socorrismo no reconoció los signos o síntomas de ahogamiento. Esto podría deberse a una falta de conocimiento sobre qué buscar o a que la víctima ya estaba sumergida. La víctima también podría haberse sumergido en el agua sin mostrar ningún signo de angustia o ahogamiento.

**Intrusión:** otras funciones han interferido con la responsabilidad principal del socorrista de vigilar a los usuarios. Por ejemplo, se le asignaron y completaron tareas de limpieza o mantenimiento mientras el socorrista tenía responsabilidades de vigilancia. Por lo tanto, no se realizó el escaneo adecuado.

**Distracción:** el socorrista puede distraerse por una multitud de cosas. Puede ser que esté aburrido, cansado, conversando con un cliente o colega, o que esté ocupado con otra actividad que lo distraiga de la vigilancia y el escaneo de los clientes.

## CAPÍTULO CINCO RESUMEN

- 1.) El proceso de ahogamiento:
  - a. Comienza cuando se inhala agua.
  - b. Comienza cuando un nadador con dificultades entra en pánico.
  - c. Comienza cuando la víctima pierde el conocimiento.
- 2.) Según datos de los CDC, el ahogamiento es una de las principales causas de muerte de niños en todas las regiones del mundo.  
¿mundo?
  - a. Verdadero
  - b. FALSO
- 3.) Explique el factor RID:

## Vigilancia de usuarios – Capítulo 6

**OBJECTIVE(S):** 1. Explain the concept of zone coverage when providing patron surveillance; 2. Explain the concept of back-up coverage and explain how it is applied during an emergency.

### GUÍA RÁPIDA DEL CAPÍTULO 6 DEL INSTRUCTOR

Capítulo 6	Entrega de contenido y habilidades
Mini-conferencia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar las zonas de cobertura, cobertura total, cobertura de respaldo y cobertura superpuesta. cobertura</li> <li>• Explicar la responsabilidad de todos los salvavidas y el personal al brindar cualquier tipo de cobertura explicada anteriormente.</li> </ul> <p>*El instructor debe consultar el capítulo 6 para obtener más detalles. a compartir con estudiantes*</p>
Vídeo	SIN VIDEOCLIP
Demostración	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizando la piscina donde se realizará la clase, el instructor debe señalar la(s) posición(es) de las estaciones de salvavidas, las zonas de cobertura y explicar por qué la ubicación y las responsabilidades de cobertura de los salvavidas son ideales para la piscina específica.</li> </ul>
Práctica	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los estudiantes pueden dibujar varias formas de piscinas y otras</li> </ul> <p>A los estudiantes se les puede pedir que “coloquen” estaciones de salvavidas y “asignen” zonas de cobertura.</p>
Reflejar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar a los estudiantes tiempo para reflexionar sobre la información, discutirla y hacer preguntas antes de pasar a la siguiente lección/capítulo.</li> </ul>

### Vigilancia

Los socorristas en entornos de piscinas pueden utilizar una variedad de métodos para vigilar a los usuarios. También se lleva a cabo desde muchos puntos estratégicos según las condiciones ambientales, la disposición de la zona de natación, el nivel de capacitación de los socorristas y el equipo disponible.

El método más tradicional para vigilar a los nadadores es desde una estación o silla elevada para salvavidas. En algunos lugares, hay un salvavidas asignado a cada silla, mientras que en otros, hay dos salvavidas asignados a cada silla.

Otros métodos ampliamente utilizados de vigilancia de usuarios incluyen: caminar a lo largo de la plataforma de la piscina y colocar salvavidas adicionales en la piscina.

### Zona de Cobertura

Las zonas de cobertura del personal de socorrismo están diseñadas específicamente para cada instalación en función de las necesidades, el tamaño y la distribución particulares de la misma. Existen varios tipos de zonas de cobertura, pero todos ellos funcionan con los mismos principios básicos.

Estos son:

1. La totalidad de la zona debe ser visible desde un punto para el socorrista asignado.
2. El salvavidas debe poder escanear toda su zona en diez (10) segundos o menos.
3. El salvavidas deberá poder llegar al área más alejada de su zona en veinte (20) segundos o menos.
4. El socorrista debe poder reconocer a una víctima y brindarle asistencia en no más de treinta (30)

artículos de segunda clase.

### Cobertura completa

Solo hay un socorrista de servicio. Por lo tanto, ese socorrista es responsable de la vigilancia de los usuarios y de la exploración constante de toda el área de cobertura. Este socorrista debe reconocer y responder ante cualquier emergencia, ya sea terrestre o acuática.

### Cobertura superpuesta

Dos o más socorristas están de servicio juntos y cada uno puede tener asignada una zona de cobertura. Aunque cada socorrista tiene la responsabilidad directa de vigilar a los clientes en un área específica, hay un área donde las dos zonas se encuentran o se superponen.

En esta zona ambos socorristas tienen funciones de escaneo.

### Cobertura de respaldo

Dos o más socorristas están de servicio juntos. Durante una emergencia que requiere la intervención de un solo socorrista, el socorrista principal (primer socorrista) responde y el segundo socorrista proporciona inmediatamente lo que se conoce como cobertura de respaldo.

El socorrista suplente debe estar preparado para brindar una variedad de respuestas. Por ejemplo, es posible que el socorrista suplente deba limpiar el agua, brindar asistencia directa al rescatador principal o comunicarse con la administración de la instalación o

servicios médicos de urgencia locales.

## Escaneando el capítulo 7

**OBJECTIVE(S):** 1. Understand and be able to execute proper scanning techniques; 2. Understand the characteristics & mechanics of a proper lifeguard rotation; 3. Demonstrate an effective lifeguard rotation.

### GUÍA RÁPIDA DEL CAPÍTULO 7 DEL INSTRUCTOR

Capítulo 7	Entrega de contenido y habilidades
Mini-conferencia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar los componentes de una vigilancia eficaz               <ul style="list-style-type: none"> <li>o Escaneo y dimensionamiento</li> <li>o Enfocarse y evaluar</li> <li>o Activación del EAP</li> </ul> </li> <li>• Proceso y técnicas de vigilancia y lo que el socorrista debe buscar como señal de dificultad</li> <li>• Explicar una rotación eficaz de salvavidas y el propósito de dichas rotaciones.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><small>*El instructor debe consultar el capítulo 7 para obtener más detalles y compartílos con los estudiantes*</small></p>
Video	SIN VIDEOCLIP
Demostración	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizando la piscina donde se desarrolla la clase, el instructor debe demostrar cómo hacerlo correctamente. y completar efectivamente una rotación de salvavidas</li> </ul>
Práctica	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los estudiantes pueden practicar una rotación efectiva</li> </ul>
Reflejar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar a los estudiantes tiempo para reflexionar sobre la información, discutirla y hacer preguntas antes de pasar a la siguiente lección/capítulo.</li> </ul>

### Escaneo adecuado

Una vigilancia eficaz y un análisis adecuado se producen en tres etapas, siendo las dos primeras etapas parte del proceso de reconocimiento. Fase y etapa tres que forman parte de la Fase de Respuesta de las Tres R:

1. Escaneo y dimensionamiento
2. Concentración y evaluación
3. Activación del EAP

La vigilancia de los clientes o bañistas es una habilidad que se aprende y se desarrolla. El socorrista debe conocer y comprender técnicas eficaces de exploración, zonas o áreas de cobertura, señales y síntomas de peligro en el agua y precursores o características de los clientes que a menudo conducen a futuros problemas en el agua.

Para poder inspeccionar y evaluar de forma adecuada y eficaz, el socorrista debe inspeccionar visualmente su zona asignada y buscar los signos y síntomas comunes de peligro o ahogamiento. Además, el socorrista debe, como mínimo, observar la superficie del agua. Sin embargo, se recomienda encarecidamente que el socorrista también observe, siempre que sea posible, la columna de agua y el fondo de la zona de natación.

Si el socorrista observa algo inusual, errático o preocupante, debe centrarse en el nadador que exhibe ese comportamiento y/o en el área de la piscina donde se lleva a cabo la actividad y volver a evaluarlo. El socorrista debe intentar inspeccionar visualmente lo que está sucediendo debajo de la superficie del agua también en esta área. El proceso de vigilancia debe ser repetitivo y constante mientras el socorrista tenga un área de cobertura o responsabilidad por la seguridad de los clientes o los nadadores.

Si el socorrista decide, basándose en su evaluación de las actividades, que es necesaria una respuesta, entonces se debe activar de inmediato el Plan de Acción de Emergencia (PAE) de la instalación. Los PAE se analizan más adelante en este manual.

El escaneo puede resultar difícil cuando el salvavidas tiene que lidiar con alguno de los siguientes problemas: resplandor, fatiga, características acuáticas especiales en la piscina y puntos ciegos.

Dependiendo de la disposición de las instalaciones, puede haber áreas del área de natación que no sean visibles para el socorrista asignado. En estos casos, el socorrista debe ajustar su posición y/o ponerse de pie para ver estos puntos ciegos. También puede requerir

El socorrista debe caminar alrededor de la piscina para poder ver la totalidad de su área asignada, incluidos todos los puntos ciegos dentro de esa área. Los puntos ciegos pueden ser el resultado del diseño de la piscina o de las instalaciones o pueden ser el resultado de un gran volumen de bañistas en la misma área de la piscina.

Dentro del área asignada a un socorrista, puede haber elementos acuáticos como fuentes, cascadas y sistemas de burbujas que puedan causar movimiento de agua y, a su vez, dificultar que el socorrista vea la columna de agua y el fondo de la piscina. El socorrista debe reposicionarse para asegurarse de que tenga la capacidad de ver la columna de agua y el fondo de la piscina. Si, en algún momento, esto se vuelve imposible, se deben apagar los elementos o se debe mover a los bañistas de esa área de la piscina.

La capacidad de un socorrista para explorar eficazmente su zona y ver a los nadadores en la columna de agua y en el fondo de la piscina también puede verse afectada negativamente por la mala calidad del agua (es decir, una piscina turbia). Un socorrista debe poder ver claramente el desagüe principal u otra rejilla de filtrado en el fondo de la piscina. Si el agua se vuelve demasiado turbia para ver la rejilla, la piscina debe cerrarse hasta que se pueda restablecer la calidad del agua y el socorrista, nuevamente, pueda ver el fondo de la piscina.

El resplandor del sol puede hacer que sea imposible para los salvavidas ver a los bañistas tanto en la superficie del agua como en la columna de agua.

Las gafas de sol polarizadas pueden ayudar a mitigar el impacto del resplandor del sol. A veces, el resplandor puede ser extremo y el socorrista debe reubicarse o trabajar con el director acuático para reubicar la estación del socorrista para asegurarse de que pueda ver a todos los nadadores y las áreas dentro de su zona de cobertura.

## Rotaciones

Cuando nos referimos a rotaciones de salvavidas, nos referimos a la práctica de los salvavidas de moverse 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 nunca deben ser asignados a realizar otras tareas mientras él o ella es responsable de la vigilancia de los usuarios).

Lo ideal es que los socorristas realicen sus rotaciones 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 la concentración y la atención en las tareas de vigilancia y escaneo de los clientes.

Estos factores suelen incluir, según el entorno de la instalación acuática, factores ambientales interiores y exteriores, como los rayos ultravioleta del sol, el calor, la humedad, el resplandor del sol y más. En ocasiones, estos factores pueden contribuir a la fatiga y la falta de atención de los socorristas.

Las rotaciones de salvavidas están diseñadas para mitigar estos factores ambientales y la fatiga, al tiempo que ayudan a garantizar que el salvavidas se mantenga atento a sus tareas.

## Pasos para una rotación segura y efectiva

La transición de un socorrista a otro debe realizarse de manera que se mantenga una vigilancia constante de los usuarios. En ningún momento de la transición se debe comprometer la vigilancia de los usuarios. Siempre debe haber al menos un socorrista manteniendo las funciones de vigilancia.

Pasos:

1. El salvavidas entrante se coloca al lado de la estación de salvavidas, teniendo cuidado de no obstaculizar la visión del salvavidas en la posición.
2. El socorrista entrante comienza la vigilancia del cliente desde la posición de pie y se lo comunica al socorrista en El soporte.
3. El salvavidas en la tribuna pasa el tubo de rescate al salvavidas entrante; recoge sus pertenencias; sale de la tribuna del salvavidas; mantiene una posición de pie y vigila al cliente en el lado opuesto de la tribuna del salvavidas entrante.
4. El socorrista saliente mantiene la vigilancia del cliente mientras el socorrista entrante se sitúa en la tribuna y toma el relevo. vigilancia del cliente y lo comunica al socorrista saliente.
5. Los salvavidas salientes ahora son libres de pasar a la siguiente estación de salvavidas en el ciclo de rotación.

## Reconocimiento de víctimas – Capítulo 8

**OBJECTIVE(S):** 1. Understand and be able to recognize the signs & symptoms of a distressed swimmer;  
2. Identify the factors that may lead to accidents and incidents of drowning at guarded facilities.

### GUÍA RÁPIDA DEL CAPÍTULO 8 DEL INSTRUCTOR

Capítulo 8	Entrega de contenido y habilidades
Mini-conferencia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar los signos y síntomas de un nadador en dificultades:               <ul style="list-style-type: none"> <li>o Suelen presentarse juntos:                   <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Cabeza hundida en el agua</li> <li>▪ Carrera baja</li> <li>▪ Poco o ningún impulso</li> </ul> </li> <li>o Signos adicionales de angustia:                   <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Cabello en los ojos</li> <li>▪ Agarrar el agua con ambos brazos</li> <li>▪ 'Subiendo la escalera'</li> <li>▪ 'Radios de bicicleta'</li> <li>▪ Movimiento de manos</li> <li>▪ Comportamiento o actividad inusual y/o errática</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• A veces no hay signos ni síntomas antes de la angustia en el agua.</li> </ul> <p>*El instructor debe hacer referencia al capítulo 8 Para más detalles a compartir con estudiantes*</p>
Vídeo	SIN VIDEOCLIP
Demostración	SIN DEMOSTRACIÓN
Práctica	SIN PRÁCTICA DE HABILIDADES
Reflejar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar tiempo a los estudiantes para reflexionar sobre la información, debatirla y hacer preguntas antes de pasar a la siguiente. lección/capítulo.</li> </ul>

### Reconocimiento de víctimas

No todas las víctimas de ahogamiento presentan el mismo comportamiento. En términos generales, una víctima:

- no puede avanzar en el agua; utiliza todos los movimientos para intentar tomar aire. • tiene ambos brazos extendidos hacia los costados y simultáneamente golpea el agua con ambas manos o empuja el agua hacia abajo tratando de sostenerse y mantenerse por encima del agua.
- está en posición vertical en el agua con una patada ineficaz o nula o,
- está en posición horizontal en el agua con la cara hacia abajo en el agua.

Las víctimas de ahogamiento pueden estar en posición vertical en el agua con la cabeza inclinada hacia atrás y la cara mirando hacia el cielo, o la víctima horizontal puede tener la cabeza boca abajo en el agua. En ambos casos, la víctima, por lo general, no puede gritar ni hacer señas para pedir ayuda. Sin ayuda, la víctima acabará sumergiéndose y podría seguir luchando para salir a la superficie. La lucha cesará cuando la víctima se vuelva pasiva e inconsciente bajo la superficie del agua. Es posible que algunas víctimas nunca muestren resistencia y, en cambio, se deslicen bajo el agua y comiencen el proceso de ahogamiento; esto suele ser más difícil de identificar que la víctima en la superficie del agua.

El socorrista debe estar atento a lo

- Cabeza baja en el agua: la cara y la boca de la víctima pueden sumergirse y volver a salir a la superficie repetidamente mientras lucha por respirar y cada vez que jadea, puede inhalar 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 que no pueda hacer esto puede necesitar ayuda.
- Brazada baja: un nadador fuerte o saludable puede sacar fácilmente los codos del agua con cada brazada. Un nadador que arrastra los codos en el agua es una señal de que puede necesitar ayuda.
- Patada escasa o nula: un nadador fuerte o saludable mantiene una patada fuerte con las piernas. No patear o no romper la superficie del agua con una patada es una señal de que puede necesitar ayuda. A menudo, la víctima está más vertical que horizontal en el agua cuando hay una patada ineficaz.

Por lo general, un nadador muestra una cabeza baja en el agua, una brazada baja y poca o ninguna patada al mismo tiempo.

Otros signos de angustia en el agua incluyen:

- Cabello en los ojos: para la mayoría de los nadadores, cepillarse el cabello mojado para quitárselo de la cara y los ojos es un comportamiento instintivo. Un nadador no intenta hacer esto y 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, comienza a golpear rápidamente la superficie del agua o a golpear el agua con ambos brazos con ambas manos al mismo tiempo. Cuando un socorrista observa este tipo de comportamiento, debe responder de inmediato.
- "Subir la escalera": cuando un nadador lucha por mantener la cabeza fuera del agua y comienza a entrar en pánico, comienza a arrastrarse 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.
- "Radios de bicicleta": un nadador en dificultades, reconocido por sus compañeros de baño, con el nadador en dificultades en el medio y los demás bañistas moviéndose hacia él desde todos los lados para brindarle asistencia, parece una rueda de bicicleta con los buenos samaritanos siendo los radios de la rueda y el nadador en dificultades estando en el centro de la rueda.
- Movimiento de manos: un nadador que puede estar cansado pero que aún no está en pánico o en extrema necesidad de ayuda puede mover sus manos para pedir ayuda a un salvavidas.
- Comportamiento o actividad inusual y/o errático: cualquier comportamiento y/o actividad exhibida por el nadador(es) que parezca inusual o Se debe realizar un examen más detallado de lo errático para determinar si se requiere la intervención de un salvavidas.

No siempre se trata de una progresión lineal desde un nadador en apuros hasta el ahogamiento.

Existen situaciones en las que una víctima nunca presenta signos o síntomas de angustia, sino que puede estar ya sumergida en el agua y, por lo tanto, el socorrista nunca ve los signos de angustia.

1. Enumere tres señales que indican que un nadador está en problemas en el agua:

2. ¿Qué se entiende por Zonas de Cobertura?

3. Explique las diferencias entre cobertura total, cobertura superpuesta y cobertura de respaldo:

4. La vigilancia de los usuarios es una habilidad aprendida y desarrollada.

- a. Verdadero
- b. FALSO

5. Enumere los pasos de una rotación eficaz de salvavidas:

## Acción de emergencia Plan (EAP) – Capítulo 9

**OBJECTIVE(S):** 1. Identify and understand the Three “R’s”; 2. Explain the types & need for reliable communication from lifeguard to lifeguard and between lifeguard and other staff members.

### GUÍA RÁPIDA DEL CAPÍTULO 9 DEL INSTRUCTOR

Capítulo 9	Entrega de contenido y habilidades
Mini-conferencia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definir un Plan de Acción de Emergencia (PAE)</li> <li>• Explicar los componentes de todos los EAP.</li> <li>• Señale las distintas formas en que se puede activar un EAP.</li> </ul> <p>*El instructor debe consultar el capítulo 9 para obtener más detalles. a compartir con estudiantes*</p>
Video	SIN VIDEOCLIP
Demostración	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Compartir y explicar ejemplos de EAP.</li> </ul>
Práctica	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los estudiantes pueden trabajar en grupos/equipos para diseñar ejemplos</li> </ul>
Reflejar	de EAP. • Dar a los estudiantes tiempo para reflexionar sobre la información, debatir y hacer preguntas antes de pasar a la siguiente lección/capítulo.

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

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

El PAE debe publicarse, ser de fácil acceso y colocarse en lugares visibles para que los socorristas lo vean. Un PAE bien diseñado establece, específicamente, lo que cada miembro del personal debe hacer, cuándo debe hacerlo y exactamente cómo hacerlo, describiendo los procedimientos exactos.

La activación del EAP debe ocurrir cada vez que se produzca una emergencia y/o un socorrista 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 acuática o terrestre.

Los EAP están diseñados específicamente para cada instalación y su distribución, personal, equipamiento, nivel de formación y demás características particulares. Rara vez hay dos EAP exactamente iguales, aunque muchos tendrán protocolos superpuestos.

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

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.

Este tipo de capacitación debe realizarse, como mínimo, una vez al mes para todo el personal.

La comunicación y la coordinación eficaces son fundamentales para la eficacia y la calidad generales del EAP y, a su vez, para el resultado para la(s) víctima(s). En muchas jurisdicciones, el EAP es un requisito del departamento de salud y, cuando se inspecciona el establecimiento, se examina.

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

## Comunicación

Todas las instalaciones deben contar con un sistema de comunicación. Este sistema debe incluir un conjunto de procedimientos de comunicación que describan los "indicativos de llamada" u otros términos fácilmente identificables utilizados para cada persona y/o ubicación dentro de las instalaciones y los métodos de comunicación que se utilizarán (teléfono, señales manuales, banderas portátiles, silbatos, megáfonos, bocinas de aire, sistemas de megafonía, radios portátiles bidireccionales, etc.).

El sistema también debería abordar:

- Comunicación entre socorristas en la playa
- Comunicación entre socorristas y bañistas/playeros
- Comunicación entre socorristas en el agua y socorristas en la playa
- Comunicación entre socorristas y supervisores
- Comunicación entre el personal acuático y los supervisores (o salvavidas) y otro personal de las instalaciones.  
Miembros
- Comunicación con los servicios EMS locales

En la mayoría de las organizaciones, la comunicación entre los socorristas se lleva a cabo normalmente mediante uno de los tres sistemas establecidos: señales con las manos, señales con silbato y señales con banderas (es decir, semáforo). Los sistemas de comunicación deben estar estandarizados dentro de un área geográfica y de una organización a otra dentro de esa área. Esto garantiza una respuesta rápida y una atención de calidad al paciente al proporcionar una interacción fluida y sin problemas entre todos los socorristas de surf capacitados durante las operaciones normales, así como durante una emergencia.

Algunas instalaciones que han trabajado en estrecha colaboración con los servicios de emergencias médicas locales pueden tener una persona designada con una radio portátil bidireccional que puede comunicarse directamente con el operador de emergencias médicas. Esto puede eliminar la necesidad de llamadas telefónicas y puede aumentar la eficiencia y los tiempos de respuesta durante una emergencia.

Los números de teléfono de emergencia locales, así como los números de las líneas directas (por ejemplo, de control de intoxicaciones), deben estar publicados y ser de fácil acceso en cada zona de natación y/o puesto de salvavidas dentro de una instalación. Esta lista de números de teléfono también debe estar publicada y disponible en todas y cada una de las oficinas de la instalación. Es recomendable que cualquier persona responsable de llamar a los números de teléfono de emergencia guarde estos números en su dispositivo móvil.

## Comunicación con EMS 1.

### Comunicación clara:

o Cómo comunicarse con EMS: utilice un teléfono designado o un sistema de intercomunicación para llamar al 911 (o al número de emergencia local).  
Proporcionar información clara y concisa.

o Información a incluir:

- Ubicación: especifique la ubicación exacta de la piscina y cualquier punto de entrada específico para EMS.
- Naturaleza de la emergencia: Describa el incidente (por ejemplo, ahogamiento, lesión) y la condición de la(s) víctima(s).
- Número de víctimas: Informe al Servicio Médico de Emergencia sobre cuántas personas están involucradas y si se necesita asistencia adicional.  
necesario.
- Acciones de primeros auxilios: Mencione brevemente las medidas de primeros auxilios que se hayan iniciado (por ejemplo, RCP, control de hemorragias).

2. Comunicación continua:

- o Permanezca en la línea si es posible, proporcionando actualizaciones a EMS a medida que evoluciona la situación.
- o Transmitir cualquier información adicional que pueda ser relevante, como cambios en el estado de la víctima.

## Gestión de clientes

### 1. Control inmediato de multitudes:

- o Despejar el área: alejar a los clientes de la escena del incidente para garantizar la seguridad y permitir un paso sin obstáculos.

Área para EMS y socorristas.

- o Establecer un perímetro: Use barreras o designe miembros del personal para evitar el acceso no autorizado al área donde

La emergencia está ocurriendo.

### 2. Comunicarse con los usuarios:

- o Informar con calma: informar a los usuarios que hay una emergencia, pero evitar alarmarlos. Asegúreles que hay ayuda disponible en el camino y que mantuvieran la calma.

- o Proporcionar instrucciones: si es necesario, dé instrucciones claras sobre dónde deben ir los usuarios o qué deben hacer (por ejemplo, permanecer en las áreas designadas).

### 3. Designar roles:

- o Asignar tareas: si hay varios socorristas, asigne roles específicos (por ejemplo, uno para continuar con la RCP, otro para controlar a los usuarios y otro para ayudar al servicio médico de urgencia a su llegada).

- o Utilice otro personal: involucre a otro personal de las instalaciones para ayudar a manejar la situación, como seguridad o mantenimiento personal.

### 4. Apoyo a familiares y amigos de las víctimas:

- o Si están presentes familiares o amigos de la víctima, bríndeles apoyo y manténgalos informados sin revelar información sensible.

- o Designar a un miembro del personal para que permanezca con ellos para responder preguntas y brindar apoyo emocional.

### 5. Gestión post incidente:

- o Informe posterior: después del incidente, realice una reunión informativa con los socorristas y el personal para analizar lo sucedido, evaluar la respuesta e identificar áreas de mejora.

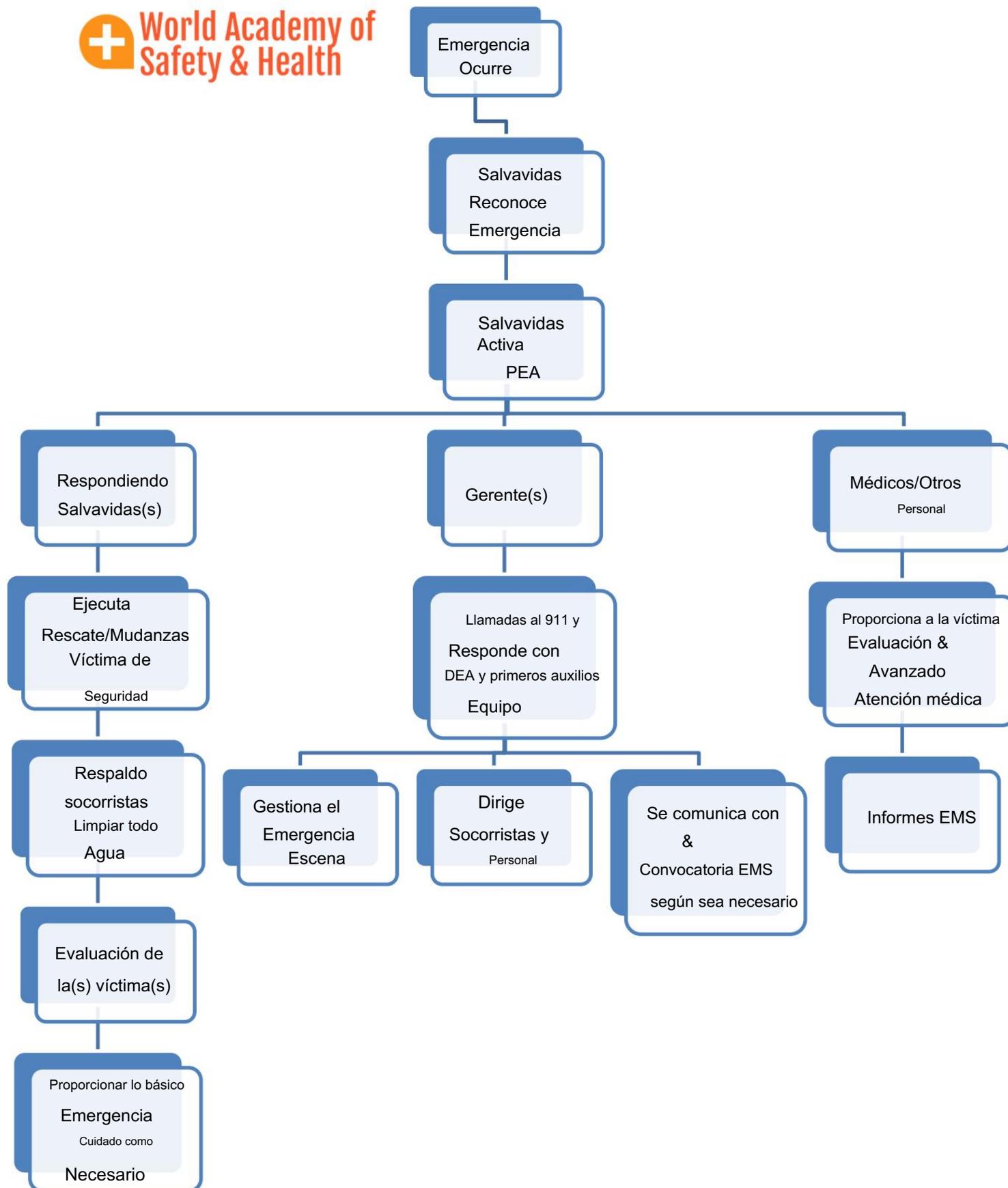
- o Documentación: Asegúrese de que todos los detalles del incidente estén documentados exhaustivamente para futuras referencias y capacitación.

### 6. Apoyo a la salud mental:

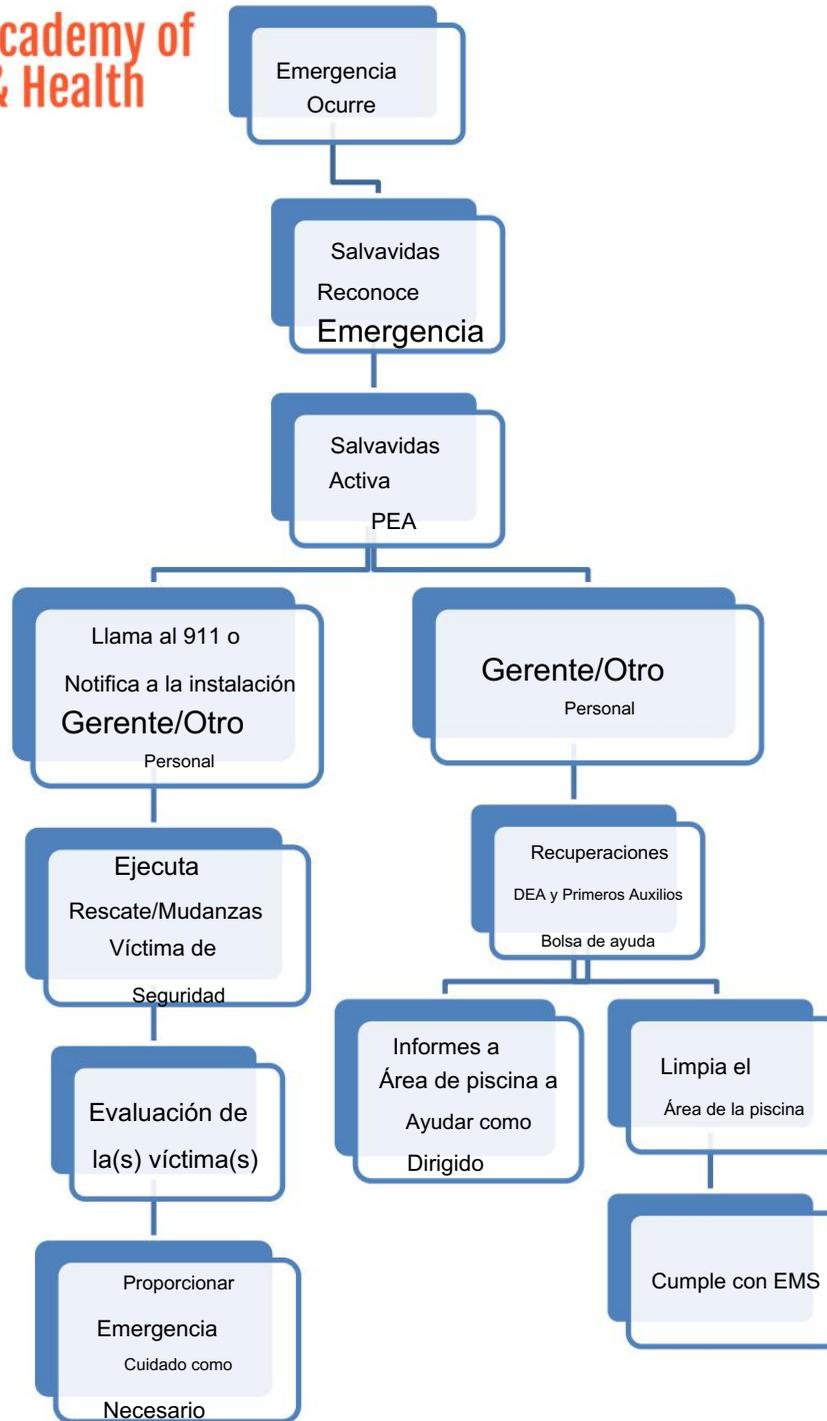
- o Ofrecer apoyo al personal que pueda verse afectado por el incidente y brindar acceso a asesoramiento o sesiones informativas sesiones.

La comunicación eficaz con los servicios médicos de urgencia y la gestión de los usuarios durante una emergencia son componentes fundamentales de la función de un socorrista. Al seguir los protocolos establecidos, los socorristas pueden garantizar una respuesta coordinada que priorice la seguridad y el bienestar.

Ejemplo de plan de acción de emergencia (PAE) para instalaciones acuáticas



Ejemplo de plan de acción de emergencia (PAE) para instalaciones acuáticas: una instalación de salvavidas



## Resumen del capítulo nueve

- 1.) EAP significa:
  - a. Plan de acción de emergencia
  - b. Procedimientos de alerta de emergencia
  - c. Plan de acción ambiental
  - d. Procedimientos de evacuación
  
- 2.) El PAE de la instalación debe publicarse, ser de fácil acceso y colocarse en lugares visibles para que el personal lo vea.
  - a.) Verdadero
  - b.) Falso
  
- 3.) Los EAP están diseñados específicamente para cada instalación y el diseño, el personal, el equipamiento y el nivel de capacitación de esa instalación. y más.
  - a.) Verdadero
  - b.) Falso

## Emergencias relacionadas con el agua – Capítulo 10

**OBJECTIVE(S):** 1. Explain when to use the walking assist, tossing assist & reaching assist; 2. Explain when to use the various water entries; 3. Explain when and how to use the passive victim rescue, active victim rescue, multiple victim rescue and submerged victim rescue; 4. Explain how to extract a victim from the water with multiple lifeguards as well as a single lifeguard; 5. Demonstrate water entries, victim assists, victim rescues, and victim extractions.

### GUÍA RÁPIDA DEL CAPÍTULO 10 DEL INSTRUCTOR

Capítulo 10	Entrega de contenido y habilidades
<p>Miniferencia (el instructor debe presentar el videoclip, demostrar y practicar después de cada habilidad principal antes de pasar a la siguiente habilidad)</p> <hr style="width: 10%; margin: 10px auto;"/> <p style="text-align: center;"><small>CURSO DE PISCINA POCO PROFUNDA *TODAS LAS EDADES</small></p> <p style="text-align: center;"><b>EN</b></p> <p style="text-align: center;"><b>CAPÍTULO 10</b></p> <p style="text-align: center;"><b>DEBERÍA SER</b></p> <p style="text-align: center;"><b>ENSEÑADO, DEMOSTRADO, PRACTICADO &amp; JUZGADO EN</b></p> <p style="text-align: center;"><b>AGUA NO</b></p> <p style="text-align: center;"><b>MÁS PROFUNDO QUE CINCO (5) PIES*</b></p>	<p>Explique cuándo se debe utilizar cada una de las siguientes habilidades y cómo se ejecuta eficazmente cada una de ellas con una descripción paso a paso:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Equipo <ul style="list-style-type: none"> <li>o el cayado del pastor</li> <li>o boya de anillo o</li> <li>o Rescue Tubes</li> </ul> </li> <li>• Ayuda <ul style="list-style-type: none"> <li>o Lanzar</li> <li>o Caminando</li> <li>o Alcanzando</li> </ul> </li> <li>• Entradas <ul style="list-style-type: none"> <li>o Salto de bala de cañón</li> <li>o Salto de tijeras</li> <li>o Deslizable</li> <li>o Entrar sin cita previa o corriendo</li> </ul> </li> <li>• Acercarse a la víctima</li> <li>• Rescates acuáticos <ul style="list-style-type: none"> <li>o Frente Activo de Rescate de Víctimas</li> <li>o Rescate trasero de víctimas activas</li> <li>o Rescate pasivo de víctimas</li> <li>o Rescate trasero de víctimas pasivas</li> <li>o Rescate de víctimas sumergidas</li> <li>o Rescate de víctimas múltiples</li> </ul> </li> <li>• Ventilaciones en el agua <ul style="list-style-type: none"> <li>o En el tubo de rescate</li> <li>o En el tablero</li> </ul> </li> <li>• Escapes <ul style="list-style-type: none"> <li>o Escape delantero</li> <li>o escape trasero</li> </ul> </li> <li>• Extracción de víctimas del agua</li> </ul> <p style="text-align: center; margin-top: 20px;">*El instructor debe consultar el capítulo 10 para obtener más detalles. a compartir con estudiantes*</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asistencia para caminar</li> <li>• Asistencia de lanzamiento</li> <li>• Asistencia para alcanzar</li> <li>• Entrada con salto de bala de cañón</li> <li>• Entrada con salto de tijera</li> <li>• Entrada deslizable</li> <li>• Frente de Rescate de Víctimas Activas</li> <li>• Rescate trasero de víctimas activas</li> <li>• Rescate pasivo de víctimas</li> <li>• Rescate trasero de víctimas pasivas</li> <li>• Rescate de víctimas sumergidas</li> <li>• Rescate de víctimas múltiples</li> <li>• Ventilaciones en el agua en el tubo de rescate</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ventilaciones en el agua sobre el tablero</li> <li>• Escape delantero</li> <li>• Escape trasero</li> <li>• Extracción de la víctima de la piscina</li> </ul>
Demostración	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asistencia para caminar; Asistencia para lanzar; Asistencia para alcanzar; Entrada con salto de bala de cañón; Entrada con salto de tijera; Entrada deslizante; Rescate frontal de víctima activa; Rescate activo</li> <li>Rescate trasero de víctimas; Rescate delantero pasivo de víctimas; Rescate trasero pasivo de víctimas</li> <li>Rescate; Rescate de víctimas sumergidas; Rescate de víctimas múltiples; En el agua</li> <li>Ventilaciones en el tubo de rescate; Ventilaciones en el agua en el tablero; Frente</li> <li>Fuga; Fuga trasera; Extracción de víctima de piscina</li> </ul>
Práctica	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asistencia para caminar; Asistencia para lanzar; Asistencia para alcanzar; Entrada con salto de bala de cañón; Entrada con salto de tijera; Entrada deslizante; Rescate frontal de víctima activa; Rescate activo</li> <li>Rescate trasero de víctimas; Rescate delantero pasivo de víctimas; Rescate trasero pasivo de víctimas</li> <li>Rescate; Rescate de víctimas sumergidas; Rescate de víctimas múltiples; En el agua</li> <li>Ventilaciones en el tubo de rescate; Ventilaciones en el agua en el tablero; Frente</li> <li>Fuga; Fuga trasera; Extracción de víctima de piscina</li> </ul>
Reflejar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar tiempo a los estudiantes para reflexionar sobre la información, debatirla y hacer preguntas antes de pasar a la siguiente lección/capítulo.</li> </ul>

Inmediatamente después de reconocer una emergencia de agua, el socorrista debe activar el Plan de Acción de Emergencia (EAP) de la instalación por cualquier medio que se describa en el plan; esto generalmente es mediante el uso de una señal de silbato específica reservada para este propósito.

El socorrista pasa inmediatamente a la fase de respuesta y evalúa rápidamente y decide si debe ejecutar una asistencia o indicar un rescate completo y entrar al agua para realizar el rescate acuático. En cualquiera de los casos, el socorrista se pone en contacto con la víctima, ejecuta la asistencia o el rescate y comienza a trasladar a la víctima de manera segura de regreso a la playa para sacarla del agua. Luego, el socorrista debe evaluar a la víctima y brindar cualquier atención de emergencia adicional necesaria.

Se debe completar un informe de rescate o incidente antes de liberar a la víctima.

## Ayuda

Las ayudas se utilizan para ayudar a un nadador cansado sin entrar al agua y/o para señalar un rescate acuático completo. Hay dos tipos de asistencias:

### Asistencia de lanzamiento

El socorrista lanza una boya salvavidas a un nadador cansado. Esto se suele hacer desde una posición elevada, como un muelle, embarcadero, plataforma o embarcación. Pasos a seguir cuando se utiliza una boya salvavidas:

- Coloque la cuerda atada a la boya anular sobre una superficie plana y coloque el pie sobre esta cuerda. Esto garantiza que el socorrista tenga la capacidad de jalar a la víctima hacia la plataforma una vez que agarre el dispositivo de flotación que se lanza.
- El socorrista debe lanzar el dispositivo de flotación por encima de la cabeza de la víctima y más allá o detrás de ella. Esto garantiza que el dispositivo de flotación no quede fuera del alcance de la víctima, sino que caiga detrás de ella, lo que permite al socorrista comenzar a tirar lentamente de la cuerda o línea de lanzamiento de manera controlada para acercar el dispositivo de flotación a la víctima.
- Una vez que la víctima tenga un agarre firme en el dispositivo de flotación, el salvavidas debe tirar lentamente de la cuerda de lanzamiento sin tirones bruscos de la cuerda hasta el borde de la plataforma.



Figura C10.1



Figura C10.2

### Asistencia para alcanzar

El socorrista extiende un palo, un tubo o un bidón de rescate, o su mano o brazo hacia el nadador cansado. Esto se suele utilizar desde una posición elevada, como un muelle, un embarcadero, una plataforma o una embarcación. Pasos a seguir cuando se utiliza un dispositivo de ayuda para alcanzar al nadador:

- El socorrista debe pararse en el borde de la plataforma asegurándose de tener una base sólida con los pies separados a la altura de los hombros. El socorrista debe desplazar su peso hacia atrás, alejándolo del borde de la plataforma, para evitar que la víctima tire del poste de alcance y el socorrista sea arrastrado hacia el agua.
- Una vez que la víctima tenga un agarre firme en el poste de alcance, el salvavidas debe comenzar a usar el poste de manera lenta y controlada para tirar de la víctima hacia el costado de la plataforma.



Figura C10.3



Figura C10.4

#### Entrada con salto de bola 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.

El socorrista debe llevar el flotador de rescate colocado en alto y ajustado sobre el pecho y debajo de las axilas. El socorrista debe asegurarse de que sus pies estén apoyados en el suelo, la cubierta o la estación de socorrista y que sus rodillas estén ligeramente flexionadas como si entrara en posición sentada.



Figura C10.5

#### Entrada con salto de tijera

Esta entrada debe utilizarse cuando el socorrista debe ingresar a la piscina en un área de agua profunda directamente desde la plataforma de la piscina.

El socorrista debe llevar el flotador de rescate colocado en alto y ajustado sobre el pecho y debajo de las axilas. El socorrista debe asegurarse de que sus pies estén apoyados en el suelo o la cubierta con las rodillas ligeramente flexionadas o sin flexionarlas.

Antes de iniciar el ingreso al agua, el socorrista debe verificar el área de entrada para asegurarse de que esté despejada y sea segura. Luego, el socorrista debe dar un paso largo o una zancada desde la plataforma hacia la piscina. Una vez que el socorrista entre en contacto con el agua, debe juntar inmediatamente las piernas como si estuviera cerrando unas tijeras. Esta acción, junto con la flotabilidad del tubo de rescate, ayudará a que el socorrista regrese a la superficie del agua para que pueda comenzar a acercarse a la víctima.



Figura C10.6

Deslizable

Esta entrada debe utilizarse en dos circunstancias diferentes:

1. Si durante la revisión del socorrista, la piscina está demasiado concurrida para permitir el ingreso seguro mediante el salto de bala o el salto de tijera.
2. Si el socorrista sospecha que la víctima puede estar sufriendo de una lesión espinal trauma.

Figura C10.7



El socorrista debe llevar puesto el flotador de rescate y sujetarlo con una mano mientras se sienta en el borde de la plataforma de la piscina. Una vez sentado, el socorrista debe usar una mano para impulsarse y alejarse de la plataforma mientras ingresa al agua con cuidado, con los pies por delante.

Aunque esta entrada se utiliza más comúnmente en aguas poco profundas, también se puede utilizar de manera efectiva en aguas profundas con el salvavidas manteniéndose a flote o usando la brazada de pecho.

Figura C10.8



Entrar sin cita previa o corriendo

Esta entrada debe utilizarse en un entorno de profundidad cero.

El socorrista debe llevar puesto el flotador de rescate y sujetarlo junto con el cabo de remolque sobrante para evitar tropezar. El socorrista debe entrar al agua caminando o corriendo por las aguas poco profundas hasta la víctima.

Figura C10.9



## Acercamiento a la víctima

El socorrista debe mantener siempre el flotador o salvavidas alto y ajustado sobre el pecho y debajo de las axilas. Esto le permitirá elegir entre el estilo crol y la braza. Cualquiera de estas brazadas se puede utilizar con un aleteo.

patada, patada de pecho o de rana, o patada de tijera para acercarse a la víctima.

Esta colocación del tubo de rescate permite al socorrista:

- Mantenerlo fácilmente entre él o ella y la víctima para evitar ser atrapado por una víctima en pánico.
- 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).

Figura C10.10



## Rescates acuáticos

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

### Tubo de rescate

El salvavidas debe llevar siempre encima el tubo de rescate cuando esté de servicio y sea responsable de responder a una emergencia. Para llevar correctamente un tubo de rescate o un bote de rescate, el salvavidas debe colocar 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 diversos materiales flotantes, siendo el más común la espuma densa de celda cerrada

Los tubos de rescate y los botes 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 socorrista y la víctima para evitar que el socorrista sea atrapado por una persona en pánico.  
víctima

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

Recuerde siempre que es de vital importancia que el socorrista active el EAP antes de ingresar al agua para ejecutar un rescate y/o hacer contacto con alguna víctima.

### Contacto y control

En términos generales, cuando un socorrista contacta a una víctima, el tubo de rescate o la lata de rescate proporciona un cierto nivel de comodidad.

a una víctima y puede ayudar a mitigar los comportamientos de una víctima en pánico. Es importante que el socorrista lo proteja.

o ella misma de una víctima en pánico: el tubo de rescate o el bote de rescate siempre deben mantenerse entre el socorrista y el

víctima y se utiliza como barrera para ayudar a evitar que una víctima en pánico pueda agarrarse de un salvavidas que se acerca.

Si una víctima puede alcanzar y agarrar a un salvavidas, se le debe quitar inmediatamente el tubo de la cabeza y

El brazo se empuja hacia la víctima y el socorrista debe nadar lejos de la víctima en pánico. Saliendo del tubo de rescate

con la víctima en pánico la mantendrá a flote hasta que el socorrista pueda volver a acercarse y contactar a la víctima de manera segura.

## Procedimiento y cobertura de rescate

### Víctima activa

Una víctima activa está consciente. Puede ser un nadador cansado o una persona que se está ahogando activamente y lucha 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 mueven hacia los lados del cuerpo provocando salpicaduras pero no son efectivos para mantener la flotabilidad.
- Falta de aire en la superficie del agua.
- Poca o ninguna patada.
- No puede saludar, gritar o señalar de alguna otra manera que necesita ayuda porque está completamente concentrado en sobrevivir y tomar aire.

#### Frente de Rescate de Víctimas Activas

El rescate frontal activo es la técnica adecuada para un nadador en apuros o cansado o para una víctima que podría haber superado simplemente el estado de cansancio o angustia, pero que aún no ha comenzado a entrar en pánico o puede estar en estado de pánico. Para realizar el rescate frontal activo de una víctima, el socorrista debe:

- Activar el EAP.
- El rescatador ingresa al agua utilizando el salto de bala de cañón o el salto de tijera y se acerca a la víctima utilizando un crol o braza.
- Antes de llegar a la víctima (y al menos a una distancia del brazo de la víctima), el rescatista debe comenzar a empujar el tubo de rescate hacia la víctima pidiéndole que lo agarre firmemente con ambas manos.
- El rescatador debe continuar empujando el tubo de rescate hacia el pecho de la víctima y comenzar a patear para mover a la víctima hacia el borde de la piscina para salir o para una extracción asistida. La víctima debe continuar sosteniendo el tubo de rescate con ambas manos.



Figura C10.11



Figura C10.12



Figura C10.13



Figura C10.14



#### Rescate trasero de víctimas activas

Lo más apropiado es utilizar el rescate trasero en víctimas de ahogamiento activas que parezcan estar en estado de pánico. Para realizar el rescate trasero, el socorrista deberá:

- Activar EAP.
- Utilice el estilo crol o braza, con el tubo de rescate alto y ajustado sobre el pecho y debajo de las axilas. acercarse a la víctima.
- Nade hacia atrás de la víctima justo antes de estar a una distancia que le permita alcanzarla con sus brazos (recuerde: la víctima no podrá girar ni dar vueltas en el agua cuando usted se acerque a ella por detrás).
- Nade hacia la espalda de la víctima hasta que el tubo de rescate esté contra la espalda de la víctima mientras permanece debajo de las axilas de la víctima. Salvavidas.
- Coloque un brazo debajo de cada axila de la víctima (el brazo derecho debajo de la axila derecha y el brazo izquierdo debajo de la axila izquierda), asegurándose de que los codos estén directamente debajo de las axilas de la víctima. Las manos del socorrista pueden estar en una de tres posiciones:
- Colocado sobre los hombros delanteros de la víctima.
- Una mano sobre el hombro delantero de la víctima mientras se suelta la otra mano para ayudar a la víctima a patear hacia un lado. La piscina.
- Se puede repositionar un brazo de modo que quede sobre el hombro de la víctima y por delante del pecho y debajo de la axila opuesta hasta que pueda agarrar el tubo de rescate. Se puede soltar la otra mano para llevar a la víctima de costado hasta el borde de la piscina.
- Intente calmar a la víctima hablando con ella, diciéndole su nombre y explicándole lo que está sucediendo y ¿Qué pasará a continuación?
- Inclínese hacia atrás mientras tira de la víctima con usted hasta que quede acostada boca arriba sobre el tubo de rescate. El tubo de rescate debe permanecer alto y ajustado sobre el pecho del salvavidas mientras la espalda de la víctima está recostada sobre él (el salvavidas puede considerar usar una patada de tijera o una patada larga para ayudar a ganar suficiente apalancamiento para poder colocar a la víctima boca arriba sobre el tubo de rescate).
- Nade con la víctima hasta el borde de la piscina para sacarla del agua.



Figura C10.15



Figura C10.16



Figura C10.17



## Víctima pasiva

Una víctima pasiva está inconsciente y puede estar flotando en el agua boca abajo o boca arriba, o puede estar debajo de la superficie del agua y en la columna de agua o en el fondo (sumergida). Es común que una víctima pasiva esté quieta y sin movimiento (sin movimiento de brazos o piernas, sin respiración, sin movimiento de natación hacia adelante). Las víctimas pasivas pueden deslizarse bajo el agua como resultado de cualquiera de los siguientes: consumo de alcohol o una condición médica como un evento cardíaco, emergencia relacionada con el calor, retención voluntaria de la respiración bajo el agua, convulsiones o lesión en la cabeza.

El socorrista debe recordar que si no vio que la víctima se volvía pasiva o se sumergía, debe asumir que se ha producido una lesión en la columna y tratar a la víctima como tal (véase el Capítulo 11).

Si el socorrista observa que la víctima se vuelve pasiva, entonces utilizará una de las entradas discutidas previamente y se acercará a la víctima usando el crol o la braza con el tubo de rescate apretado y alto debajo de las axilas.

Los socorristas tienen dos opciones cuando realizan un rescate de una víctima pasiva que no sufre un posible traumatismo espinal.

### Rescate pasivo de víctimas por la

parte trasera Aunque el rescate por la parte trasera se puede realizar en cualquier profundidad del agua, es más fácil hacerlo en aguas poco profundas a una profundidad en la que el socorrista pueda permanecer de pie cómodamente. Al realizar el rescate por la parte trasera, el socorrista:

- Activar EAP.
- Utilice el crol o la braza, con el tubo de rescate tenso y alto debajo de las axilas, para acercarse a la víctima.
- El socorrista tiene dos técnicas entre las que elegir al realizar un rescate pasivo de una víctima:

### Opción #1

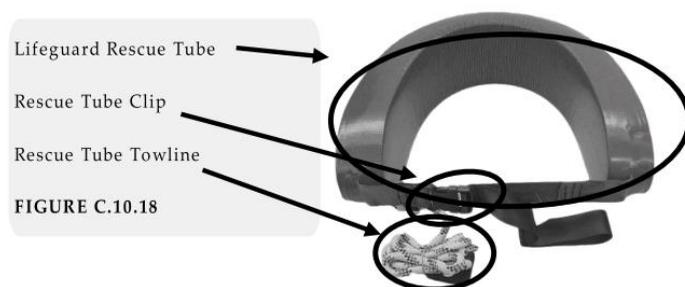
- El salvavidas deberá nadar, ya sea a braza o crol, hasta un lugar adyacente y lo suficientemente cerca de la víctima para que la víctima pueda
- El salvavidas puede colocar su cadera contra la cadera de la víctima boca abajo.
- El socorrista deberá pasar por la espalda de la víctima boca abajo solo con el brazo que esté más cerca de la víctima. Coloque este brazo debajo de la axila de la víctima más alejada del socorrista.
- El socorrista colocará el tubo de rescate, al mismo tiempo que cruza la espalda de la víctima, entre el pecho del socorrista y la espalda de la víctima.
- El salvavidas colocará su brazo más alejado de la víctima debajo de la axila de la víctima más cercana al salvavidas.
- El socorrista deberá caminar o nadar, utilizando únicamente las piernas, hacia adelante con la víctima en la misma dirección en la que apunta la cabeza de la víctima. Al mismo tiempo, el socorrista deberá girar a la víctima hasta quedar boca arriba sin interrumpir su movimiento hacia adelante con ella.
- El tubo de rescate debe colocarse sobre la espalda de la víctima, justo debajo de los hombros.

### Opción #2

- El socorrista deberá nadar hasta la víctima usando la brazada de pecho o crol y el tubo de rescate alto y ajustado sobre el pecho y debajo de las axilas.
- El salvavidas se acercará a la víctima por detrás, nadando sobre su espalda 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 debajo de las axilas correspondientes de la víctima.
- El salvavidas deberá nadar hacia adelante, en la misma dirección en la que apunta la cabeza de la víctima, mientras simultáneamente hace rodar a la víctima hacia el agua. Posición boca arriba.

Independientemente de la técnica de rescate que elija utilizar el socorrista, se debe abrir inmediatamente la vía aérea de la víctima y permitirle respirar.

Si es necesario, el socorrista debe realizar 2 respiraciones de rescate iniciales mientras la víctima aún está en el agua y colocada boca arriba sobre el tubo de rescate (se analiza en detalle más adelante en este capítulo). La víctima debe ser extraída del agua lo antes posible y la atención de emergencia adecuada debe continuar en la plataforma de la piscina.



## Rescate pasivo de víctimas

El rescate frontal puede ser una técnica eficaz en cualquier profundidad del agua. Al realizar el rescate frontal en una víctima pasiva, el socorrista deberá:

- Activar EAP.
- El salvavidas deberá utilizar el estilo crol o braza con el tubo de rescate alto y ajustado sobre el pecho y debajo de las axilas. acercarse a la víctima.
- El salvavidas se acercará a la víctima boca abajo desde la parte superior de la cabeza de la víctima.
- El socorrista debe alcanzar con su brazo derecho la muñeca derecha de la víctima (o con su brazo izquierdo la muñeca izquierda) y, desde la muñeca, tirar de la víctima hacia usted mientras la gira para que quede boca arriba. Mientras realiza esta maniobra, utilice la mano opuesta para empujar el tubo de rescate hacia la espalda de la víctima y por debajo de ella.
- El socorrista deberá colocar ambos brazos de la víctima sobre la parte superior del tubo de rescate.
- El socorrista deberá abrir las vías respiratorias de la víctima y comprobar si respira. • Si es necesario, el socorrista deberá realizar 2 respiraciones de rescate iniciales mientras la víctima todavía está en el agua y colocada boca arriba sobre el tubo de rescate (se analiza en detalle más adelante en este capítulo).
- La víctima debe ser extraída del agua lo antes posible y se debe continuar con la atención de emergencia adecuada en la piscina.  
cubierta.



Figura C10.19



Figura C10.20



Figura C10.21



Figura C10.22



Figura C10.23



Figura C10.24

## Víctima múltiple

Este tipo de rescate involucra a dos o más víctimas de ahogamiento al mismo tiempo. Las víctimas pueden ser cualquier combinación de nadadores pasivos, activos o, simplemente, un nadador angustiado o cansado.

La mejor respuesta en caso de múltiples víctimas es que entre al agua al menos un socorrista por cada víctima. Sin embargo, esto no siempre es posible. Cuando haya más víctimas que socorristas para realizar un rescate, el socorrista que responda, utilizando la técnica de entrada y rescate más adecuada para la circunstancia, deberá:

- Activar EAP.
- Ayudar a la víctima que se encuentre en mayor peligro. En otras palabras, el socorrista evaluará rápidamente y decidirá cuál de las víctimas necesita atención primero.
- Realizar el rescate a la víctima que más lo necesite.

Si todas las víctimas están activas, el socorrista debe:

- Asegure a la primera víctima y luego nade, con la primera víctima, hacia la segunda víctima.
- Ayude a la segunda víctima a agarrar el tubo de rescate. Se le debe indicar a la segunda víctima que rodee con sus brazos y piernas a la víctima n.º 1.
- Señal para que haya socorristas de respaldo que ayuden a llevar a las víctimas al borde de la piscina.

Si una víctima es pasiva, el socorrista debe:

- El socorrista asegura primero a la víctima pasiva en el tubo de rescate.
- Si la víctima no responde, el salvavidas verifica que no respire y, si no respira, le proporciona respiración boca a boca de inmediato.
- Señal para que los socorristas de respaldo ayuden a llevar a la víctima pasiva al borde de la piscina.
- Si la víctima responde y/o no responde pero respira, el salvavidas debe asegurar a la víctima en el tubo de rescate, hacer una señal para llamar a los salvavidas de respaldo y nadar hasta la siguiente víctima.



Figura C10.25

## Rescate de víctimas sumergidas

Inmersión en superficie con los pies por delante

Preparación:

- Evaluar la situación: evaluar rápidamente la escena e identificar la ubicación de la víctima sumergida.
- Respire profundamente: inhale profundamente para prepararse para una inmersión submarina más prolongada.

Posicionamiento:

- Colóquese en posición vertical dentro del agua con los pies juntos.
- Mantenga los brazos a los costados o en posición de sostener cualquier equipo de rescate.

Iniciar la inmersión:

- Empuja la superficie del agua usando tus piernas para impulsarte hacia abajo.
- Al impulsarse, extienda las piernas hacia abajo para crear una entrada estilizada.

Entrada:

- Entre al agua con los pies primero, asegurándose de que su cuerpo permanezca vertical.
- Apunta los dedos de los pies para minimizar la resistencia y reducir las salpicaduras al entrar.

Inmersión: • Al

entrar, permita que su cuerpo se sumerja brevemente. • Mantenga los pies juntos y el cuerpo alineado para mantener una posición estilizada.

Localice a la víctima: •

Una vez bajo el agua, use los ojos para localizar rápidamente a la víctima. • Si la visibilidad es limitada, use las manos para sentir a su alrededor mientras ajusta su posición.

Técnica de rescate: • Al

llegar hasta la víctima, evalúe su estado. • Sujétela firmemente (por ejemplo, por debajo de los brazos o alrededor del pecho) para comenzar el rescate. • Si la víctima está inconsciente, asegúrese de que su cabeza se mantenga fuera del agua mientras se prepara para sacarla a la superficie. Regresar a la superficie:

• Nade hacia arriba mientras mantiene segura a la víctima. • Una vez que llegue a la superficie, continúe nadando hacia un lugar seguro o un punto de salida designado.



Preparación:

- Evaluar la situación: evaluar rápidamente los alrededores y la condición de la víctima si es visible.
- Respire profundamente: inhale profundamente para maximizar la capacidad pulmonar y prepararse para una inmersión más prolongada.

Posicionamiento:

- Comience en una posición vertical en el agua, con los brazos extendidos por encima de la cabeza.
- Asegúrese de que sus piernas estén juntas y su cuerpo recto.

Iniciar la inmersión:

- Impulse su cuerpo hacia adelante empujándose fuera del agua con las piernas mientras simultáneamente extiende los brazos frente a usted.
- Mantenga la cabeza baja y los ojos enfocados en el área objetivo (donde vio a la víctima por última vez).

Entrada:

- Entre al agua de cabeza, asegurándose de que su cuerpo esté aerodinámico para minimizar la resistencia.
- Intente mantener el cuerpo lo más recto posible durante la entrada para mejorar la velocidad y la eficiencia.

Sumersión:

- Al entrar al agua, aprovecha el impulso para continuar sumergiéndote hacia abajo.
- Mantenga los ojos abiertos y orientados hacia la víctima mientras desciende.

Localizar a la víctima:

- Una vez sumergido, escanee rápidamente sus alrededores para localizar a la víctima.
- Utilice los brazos y las piernas para ajustar su posición si es necesario.

Técnica de rescate (para más detalles, consulte Pasos Ejecutar a Rescate de víctimas sumergidas en la siguiente sección):

- Al llegar a la víctima, evalúe su condición.
- Si están inconscientes o necesitan ayuda, sujételos firmemente (por ejemplo, debajo de los brazos o alrededor del pecho) y prepárese para traerlos a la superficie.
- Utilice una técnica de rescate adecuada a la situación, como la aproximación trasera o un remolque.

Regresar a la superficie (para más detalles, consulte Pasos Ejecutar a Rescate de víctimas sumergidas en la siguiente sección):

- Ascender con la víctima, manteniendo su cabeza fuera del agua para asegurar que pueda respirar.
- Una vez en la superficie, continúe el rescate nadando hacia un lugar seguro o un punto de salida designado.



- Activar EAP.
- El salvavidas se acerca a la víctima usando el crol o la braza, manteniendo el tubo de rescate alto y ajustado sobre el pecho y bajo 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 aproxima a la posición submarina de la víctima.
- El salvavidas deberá realizar una inmersión con los pies o la cabeza primero para alcanzar a la víctima en la columna de agua o en el fondo de la piscina.
- El salvavidas deberá colocar un brazo debajo de una de las axilas de la víctima desde atrás, de modo que la espalda de la víctima quede alineada con el pecho del salvavidas y el brazo del salvavidas pueda llegar a través del frente del pecho de la víctima.
- El socorrista puede optar por impulsarse con los pies y/o comenzar a patear para impulsar a la víctima y 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 a la víctima y al rescatador a la superficie.
- El socorrista deberá comenzar simultáneamente a alcanzar la cuerda de remolque del tubo de rescate con la mano de su brazo libre. Una vez que la cuerda de remolque esté en la mano, el rescatista debe comenzar a pasar la cuerda de remolque hasta su mano que está cruzada sobre el pecho de la víctima.
- El salvavidas deberá deslizar el tubo de rescate entre la espalda de la víctima justo debajo de la línea de sus hombros y el pecho del salvavidas.
- El socorrista deberá apoyar a la víctima hacia atrás en el tubo (tal como se hizo para una víctima pasiva en la superficie del agua).
- El salvavidas deberá abrir y mantener una vía aérea y proporcionar ventilación dentro del agua (que se analiza en detalle más adelante en el capítulo) si es necesario.



Figura C10.26



Figura C10.27

Rescate de  
víctima sumergida  
en aguas profundas

## Ventilaciones en el agua

Hay ocasiones en las que un socorrista se encuentra con una víctima pasiva que no responde y que no respira. En estos casos, es fundamental ventilar lo antes posible. Si el socorrista no puede reconocer y extraer a la víctima en cuestión de segundos, se deben proporcionar ventilaciones mientras está en el agua.

Se pueden realizar ventilaciones dentro del agua mientras la víctima pasiva e insensible se encuentra en el tubo de rescate. Además, si el socorrista coloca a la víctima sobre una tabla de rescate, también se pueden realizar ventilaciones una vez que la víctima esté completamente inmovilizada en la tabla.

Para proporcionar ventilación 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 C10.28).
- Colóquese en la parte superior de la cabeza de la víctima con la máscara de bolsillo para RCP para asegurarse de que la vía aérea esté abierta para iniciar las ventilaciones.

También se puede proporcionar ventilación en el agua a una víctima de un traumatismo espinal de la misma manera que se describió anteriormente (ver Figura C10.29). Una vez que la víctima está "empaquetada" en la camilla y al menos un tubo de rescate está perpendicular debajo de la camilla, el socorrista debe posicionarse en el costado de la camilla con una máscara de bolsillo para RCP para asegurar una vía aérea abierta e iniciar las ventilaciones.



Figura C10.28



Figura C10.29

## Escapes

El único objetivo de una víctima activa es sobrevivir. La víctima hará cualquier cosa para mantener la cabeza fuera del agua y respirar. Esto incluye agarrarse y aferrarse a cualquier objeto o persona inmóvil en el agua. Esto incluye al socorrista que la rescata.

Un socorrista no puede permitir que la víctima lo agarre y posiblemente se convierta en víctima él mismo. Por lo tanto, es una práctica habitual que los socorristas de rescate se acerquen a una víctima activa por detrás para limitar la capacidad de la víctima de agarrarse al socorrista.

Habrán ocasiones en las que, independientemente de las precauciones que tome el socorrista, una víctima de ahogamiento activa presa del pánico lo agarrará y posiblemente lo retendrá bajo el agua. En estos casos, es fundamental que el socorrista esté muy bien versado en la ejecución de maniobras de escape de víctimas tanto por delante como por detrás. maniobras.

Cada vez que un socorrista es agarrado por una víctima, su reacción inicial y su primera acción deben ser inmediatas. Si no lleva un flotador de rescate, el socorrista debe:

1. Coloque su barbilla contra su pecho.
2. Sumérjase en el agua empujándose con ambas manos y brazos tantas veces como sea necesario para sumergirse. Es probable que la víctima suelte la presa en un intento de regresar a la superficie del agua.
3. Regrese a la superficie y vuelva a acercarse a la víctima por detrás y ejecute un rescate trasero colocando un brazo sobre la parte superior de la espalda de la víctima. hombro, por el pecho de la víctima y debajo de la axila opuesta. Utilice un movimiento lateral para mover a la víctima a un lugar seguro.

Si se utiliza un tubo de rescate, el socorrista debe:

1. Coloque su barbilla contra su pecho.
2. Empuje con fuerza los codos de la víctima para romper su agarre.
3. Sumergir.
4. Regrese a la superficie y vuelva a acercarse a la víctima por detrás y realice un rescate por detrás colocando un brazo sobre la parte superior del hombro de la víctima, atravesándole el pecho y debajo de la axila opuesta. Utilice una brazada lateral para mover a la víctima a un lugar seguro.

1



2



3



4



5



6



## Extracción del agua

- Caminata asistida: uno o más socorristas colocan un brazo alrededor de la cintura de la víctima consciente mientras la sacan del agua y colocan uno de los brazos de la víctima alrededor del cuello del socorrista y sobre su hombro. El socorrista lleva el tubo de rescate en la otra mano y acompaña a la víctima hasta la cubierta. Esto se utiliza en entornos de profundidad cero.
- Transporte de silla: dos socorristas uno frente al otro, entrelazan los brazos sujetándose las muñecas, el brazo derecho con el brazo izquierdo, respectivamente. Los dos brazos más adelantados sostienen a la víctima por debajo de las rodillas y los dos brazos más retrasados sostienen la espalda de la víctima. El brazo izquierdo de la víctima rodea el cuello de un socorrista mientras que el brazo derecho de la víctima rodea el cuello del otro socorrista. Esto se utiliza en entornos de profundidad cero.

### Extracción rápida con tabla de

- rescate:
- El rescatador principal nada con la víctima hasta el borde de la piscina.
  - El(los) rescatista(s) secundario(s) prepara(n) la camilla quitando el arnés y desabrochando las correas.
  - Los rescatistas secundarios deslizan el tablero dentro de la piscina manteniendo los rieles del tablero contra la pared de la piscina.
  - El rescatador principal guía a la víctima, de espaldas, contra el tablero mientras simultáneamente le entrega una de las muñecas de la víctima al rescatador secundario en la plataforma de la piscina.
  - El o los rescatadores secundarios agarran simultáneamente la muñeca de la víctima y la levantan hasta la tabla.
  - El o los rescatadores secundarios, mientras sostienen la muñeca de la víctima, sacarán la tabla del agua deslizando los rieles a través de ella.
  - El rescatista principal ayuda a sacar a la víctima de la piscina levantando y empujando el tablero desde los pies.



Figura C10.30



Figura C10.31



Figura C10.32

Hay un socorrista disponible

- El salvavidas lleva a la víctima nadando hasta el borde de la piscina, con la víctima mirando hacia la pared de la piscina.
- El socorrista colocará una de las manos de la víctima sobre el borde de la piscina y colocará la segunda mano de la víctima sobre el borde de la piscina.  
De primera mano.
- El socorrista colocará la frente de la víctima encima de sus manos.
- El salvavidas colocará firmemente su mano más cercana a la víctima sobre las manos y muñecas de la víctima, asegurando temporalmente la  
Posición de la víctima.
- El socorrista utilizará su mano "libre" para ayudar a salir de la piscina.
- El socorrista utilizará uno de dos métodos para extraer a la víctima de la piscina:
  - 1.) Solicite la ayuda de un transeúnte para que recoja la tabla. El transeúnte y el socorrista utilizan el mismo procedimiento que se describe en la sección anterior).
  - 2.) Una vez en la plataforma de la piscina, el socorrista deberá agarrar a la víctima por el bañador con su mano "libre". El socorrista deberá: tirar de la parte inferior del cuerpo de la víctima hacia la plataforma de la piscina; proteger la cabeza de la víctima mientras tira de la parte inferior del cuerpo hacia la plataforma; hacer rodar a la víctima completamente hacia la plataforma de la piscina.

Resumen del capítulo diez

- 1.) Explique cómo ejecutar de manera efectiva tanto una asistencia de lanzamiento como una asistencia de alcance.

- 2.) ¿Cuál es la diferencia entre una víctima activa y una víctima pasiva?

- 3.) A menos que el socorrista sepa con certeza que una víctima pasiva no sufre un traumatismo espinal, la víctima debe ser tratada como si fuera una víctima de un traumatismo espinal.

- a.) Verdadero
- b.) Falso

- 4.) Detalle los componentes clave de un rescate de víctimas activas desde atrás:

# Espinal Trauma – Capítulo 11

**OBJECTIVE(S):** 1. Identify the signs & symptoms of spinal trauma; 2. Explain why, when, and how one uses spinal stabilization techniques; 3. Explain the need for aquatic facilities to consult local medical direction on best practices in caring for an in-water spinal trauma victim.

## GUÍA RÁPIDA DEL CAPÍTULO 11 DEL INSTRUCTOR

Capítulo 11	Entrega de contenido y habilidades
<p>Mini-conferencia</p> <hr/> <p>CURSO DE PISCINA POCO PROFUNDA *TODAS LAS LECCIONES EN CAPÍTULO 10 DEBERÍA SER ENSEÑADO, DEMOSTRADO, PRACTICADO &amp; JUZGADO EN AGUA NO (5) PREGUNTA MÁS PROFUNDO PREGUNTA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Compartir: <ul style="list-style-type: none"> <li>o Signos y síntomas de traumatismo espinal</li> <li>o Causas del traumatismo medular</li> <li>o Atención/tratamiento de emergencia en caso de sospecha de traumatismo espinal</li> </ul> </li> <li>• Analice la investigación en torno al uso de tableros de apoyo frente al uso de collarines tipo C.</li> <li>• Analice la necesidad de cumplir con las instrucciones médicas locales al decidir si se debe colocar una tabla espinal y cómo hacerlo.</li> <li>• Compartir los principios rectores generales a la hora de brindar atención/tratamiento de emergencia a una víctima de traumatismo espinal.</li> <li>• Explicar paso a paso las técnicas de estabilización manual en línea: <ul style="list-style-type: none"> <li>o Férulas para brazos</li> <li>o Agarre cabeza-mentón-pecho</li> </ul> </li> <li>• Explicar paso a paso las técnicas para colocar una tabla dorsal en una víctima de traumatismo medular: <ul style="list-style-type: none"> <li>o Un rescatador disponible</li> <li>o Dos rescatistas disponibles</li> <li>o Tres o más rescatistas disponibles</li> </ul> </li> </ul> <p>*El instructor debe hacer referencia al capítulo Paramás detalles 11 a compartir con estudiantes*</p>
Video	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tablero de profundidad cero; Tablero de profundidad cero •</li> </ul>
Demostración	Férulas para brazos; Agarre de cabeza, mentón y pecho; Transporte estable sentado
Práctica	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Férulas para brazos en aguas poco profundas; Férulas para brazos en aguas profundas; Agarre cabeza-mentón-pecho en aguas poco profundas Agua; agarre cabeza-mentón-pecho en aguas profundas; transporte estable sentado; backboard de profundidad cero; backboard en aguas poco profundas; backboard en aguas profundas</li> </ul>
Reflejar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar a los estudiantes tiempo para reflexionar sobre la información, discutirla y hacer preguntas antes de pasar a la siguiente lección/capítulo.</li> </ul>

## Reconocer signos y síntomas



Figura C11.1

Figura C11.1

Se debe sospechar un traumatismo espinal en cualquiera de las siguientes circunstancias:

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

### Estabilización de traumatismos de la columna

vertebral Tratar eficazmente a una víctima de una lesión de la columna vertebral puede ser aterrador. Es importante que el socorrista recuerde que, siempre que la víctima tenga pulso, respire y no sufra otras lesiones que pongan en peligro su vida de forma inmediata, los socorristas y otros rescatistas deben tomarse su tiempo para asegurarse de que no haya movimientos repentinos o erráticos de la víctima y de que se mantenga constantemente la estabilización en línea.

Citando las últimas investigaciones, muchos profesionales médicos, servicios EMS, directores médicos y otros en la profesión médica y los servicios de emergencia ahora sugieren no colocar una tabla dorsal sobre la espalda de una víctima cuando se sospecha un traumatismo espinal.

Con ha mostrado limitaciones La evidencia reciente con respecto Su utilidad en a las tablas de inmovilización espinal para prevenir lesiones neurológicas y varios artículos han demostrado daño en forma de úlceras por presión más frecuentes, disminución de la función pulmonar y para 1-4. pacientes con dolor se alejaron más del uso rutinario de las tablas de espalda para y muestra

Debido a estos hallazgos, muchos servicios médicos de urgencias optaron por algo distinto a la extricación. Si bien cambiar es carácter progresivo. a respuesta razonable a La literatura, él esto llevó décadas ocurrir. La evidencia en contra El uso del collarín cervical está aumentando de manera similar, pero hay pocas señales de que las recomendaciones prácticas estén cambiando todavía. 10

Cuando se trata de entablillar una lesión, a los socorristas se les enseña a no hacerlo a menos que sea necesario mover a la víctima. Así es exactamente como deberíamos abordar la idea de colocar una tabla de recuperación en este caso. Y solo se debe mover a una víctima si dejarla en su posición actual podría causarle más daño mientras espera la llegada de los servicios médicos de urgencia.

Las víctimas de traumatismos de la columna vertebral deben recibir un tratamiento similar: la colocación de una tabla dorsal sobre una víctima con sospecha de traumatismo de la columna vertebral solo se debe realizar si y cuando el protocolo de los servicios médicos de urgencia locales así lo indica. Las instalaciones acuáticas deben coordinarse con sus servicios médicos de urgencia locales para recibir orientación.

La práctica de colocar una tabla de espaldas a una víctima conlleva el riesgo inherente de causar más daño, parálisis o incluso la muerte. Si el tratamiento de las víctimas de traumatismos de la columna vertebral se aborda desde el punto de vista del análisis de los beneficios, según la Asociación Nacional de Médicos de Servicios Médicos de Emergencia y el Comité de Traumatismos del Colegio Estadounidense de Cirujanos,

Las camillas largas se utilizan comúnmente para atender a intentar Proporcionar una inmovilización espinal rígida en situaciones de emergencia pacientes con traumatismos (EMS). Sin embargo, médica. El beneficio de las tablas largas es En gran parte no probado.

El Una camilla larga puede provocar dolor, agitación del Y compromiso respiratorio. Además, el desarrollo El tablero puede disminuir la perfusión tisular. en paciente, puntos de presión y de úlceras por presión.

La utilización de tablas para la inmovilización de la columna durante el transporte debe ser prudente. que el

Los beneficios potenciales superan los riesgos 18

La camilla larga puede provocar dolor, agitación del paciente y compromiso respiratorio. Además, la camilla puede disminuir la perfusión tisular y provocar el desarrollo de úlceras por presión.

Utilización de tableros para conducir a la inmovilización de la columna durante el transporte, debenser prudentes. que el potencial

Los beneficios superan los riesgos 18

• Pacientes apropiados a estar inmovilizado con a Los tableros incluyen aquellos con:

- el Traumatismo cerrado y alteración del nivel de conciencia
- el Dolor de o ternura
- el columna Molestia neurológica (p. ej., o debilidad motora)
- el entumecimiento) Deformidad anatómica de la columna
- el Mecanismo de alta energía de y de los siguientes:
  - Droga o intoxicación alcohólica
  - Incapacidad a comunicar
  - Lesión que distrae

Pacientes Para quién la inmovilización en un El tablero no es necesario a Incluye aquellos con todas las siguiente:

- Nivel normal de conciencia (puntuación de coma de Glasgow [GCS] 15)
- No hay ternura o anomalía anatómica
- No hallazgos neurológicos en la columna quejas
- Sin lesiones que distraigan
- Sin intoxicación 18

En resumen:

- Hay No Evidencia de alto nivel de que la inmovilización espinal prehospitalaria tiene un impacto positivo en los resultados orientados al paciente
  - el Espinal La inmovilización NO Ayuda Inmovilizar el Cervical Columna vertebral
  - el Espinal La inmovilización NO disminuye las tasas de Espinal Cable Lesión
  - el Espinal La inmovilización aumenta la Dificultad de Manejo de las vías respiratorias
  - el Espinal Inmovilización Poder Causas de las úlceras por presión
  - el Espinal La inmovilización cambia la Examen físico
  - el Espinal La inmovilización empeora la función pulmonar
  - el Espinal La inmovilización aumenta la presión intracraneal
- Hay No evidencia de que inmovilizarse despierto, alerta Los pacientes sin déficits/quejas proporcionan beneficios
- Los protocolos de inmovilización selectiva de la columna vertebral pueden ayudar a identificar a los pacientes Bajo riesgo de lesiones por inmovilización y evitarlas. 18

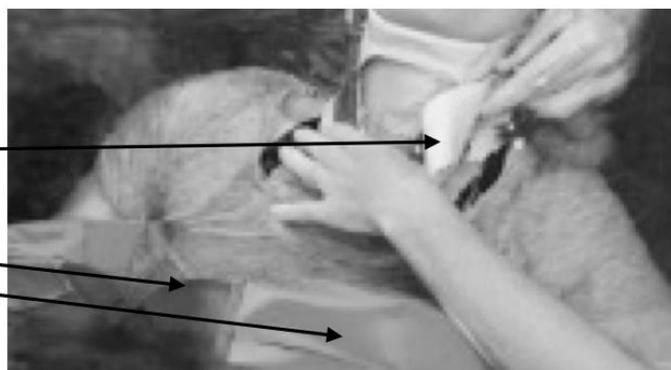
¿Usamos tableros? ¿Usamos collarines tipo C? ¿Usamos solo estabilización manual en línea?

- Utilice siempre estabilización manual en línea tanto en el agua como en la tierra ante cualquier sospecha de problema espinal.
- Coloque una tabla espinal sobre una víctima de un posible traumatismo espinal únicamente cuando así lo exija la orden médica local.
- Participar en capacitación adicional en servicio utilizando el equipo, las instalaciones, los protocolos locales y los protocolos de las instalaciones para la columna vertebral. víctimas de trauma.

Application of C-Collar to an in-water victim suffering an apparent spinal trauma injury.

Rescue tube can also be seen clipped around the victim under his/her armpits.

FIGURE C.11.2



Agarre cabeza-mentón-pecho



Figura C11.3



Figura C11.4

Esta técnica se realiza con mayor facilidad en agua en la que el socorrista puede permanecer de pie. Sin embargo, también se puede utilizar en aguas profundas con algunos ajustes en la técnica.

Activar el EAP y acercarse a la víctima de traumatismo medular boca abajo nadando a braza con el tubo de rescate alto y ajustado sobre el 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 costado. Mientras se mantiene a flote con las piernas, coloque un brazo sobre la espalda de la víctima y hacia abajo (asegúrese de estar lo suficientemente cerca de la víctima para permitir que su brazo esté completamente recto y no en ángulo hacia abajo). Coloque su mano detrás de las orejas de la víctima y sujete los huesos occipitales.

Coloque el otro brazo debajo del brazo de la víctima que esté más cerca de usted. A continuación, coloque el brazo recto en el centro del pecho de la víctima (de nuevo, asegúrese de estar situado lo suficientemente cerca de la víctima para permitir que el brazo esté completamente recto y no en ángulo hacia abajo sobre el pecho de la víctima). Coloque la mano sobre la mandíbula inferior de la víctima, teniendo cuidado de no tapar las vías respiratorias ni colocar la 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 sobre el pecho y la espalda de la víctima para no permitir el movimiento de la cabeza o el cuello.

columna vertebral/espalda de la víctima.

Mientras mantiene el agarre cabeza-mentón-pecho descrito anteriormente, nade debajo de la víctima y salga por el lado opuesto. Esto le permitirá a la víctima también estar boca arriba y boca arriba en el agua.

Si se realiza en aguas profundas, esta técnica solo debe ser utilizada por salvavidas que sean nadadores altamente competentes y estén capaz de mantenerse a flote durante minutos, utilizando sólo sus piernas, mientras realiza la técnica y mantiene su cabeza y la de la víctima fuera del agua hasta que lleguen refuerzos para ayudar.

- Manteniendo el tubo de rescate colocado, alto y ajustado sobre el pecho, acérquese a la víctima por detrás. Retire el tubo de rescate. Acérquese a la víctima boca abajo desde un costado. Mientras usa el tubo de rescate para flotar, coloque el brazo más cercano a la víctima sobre la espalda de la víctima y directamente hacia abajo (asegúrese de estar lo suficientemente cerca de la víctima para permitir que su brazo esté completamente recto y no en ángulo hacia abajo). Coloque su mano detrás de las orejas de la víctima y sujete los huesos occipitales.

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

la columna vertebral/espalda de la víctima.

Mientras mantiene el agarre cabeza-mentón-pecho descrito anteriormente, gire a la víctima hasta quedar boca arriba en el agua.



Figura C11.5



Figura C11.6



## Férulas para brazos

Para realizar esta habilidad de manera efectiva, el socorrista debe:

- Activar el EAP. •

Acérquese a la víctima nadando a braza o caminando, teniendo cuidado de limitar cualquier alteración 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
  - Simultáneamente, use el brazo más alejado de la víctima para agarrar el brazo externo de la víctima más cercano al salvavidas cerca del bíceps. •

Simultáneamente, mueva los brazos de la víctima hacia arriba a lo largo de la cabeza de la víctima para que los bíceps de la víctima estén contra los suyos. orejas (FIGURA C.11.7 ).

- Aplique presión en ambos brazos de la víctima para inmovilizar la cabeza y el cuello. Esta presión debe ser firme y distribuida uniformemente en ambos lados de la cabeza de la víctima.

- 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 en posición boca arriba ( FIGURA C.11.8 ).

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.



Figura C11.7



Figura C11.8



Figura C11.9



Figura C11.10



Figura C11.11



Figura C11.12



Figura C11.13



## Tablas de apoyo para víctimas de traumatismos espinales

A continuación se presenta un conjunto generalizado de procedimientos para la práctica de la tabla de salvamento. Están diseñados para proporcionar una amplia comprensión de los objetivos de la práctica de la tabla de salvamento 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 los servicios médicos de urgencia pueden diferir de una jurisdicción a otra. Por estos motivos, es fundamental que un socorrista reciba capacitación adicional en el servicio por parte de su empleador en función de los procedimientos y técnicas específicos del empleador, así como de la dirección médica local y los protocolos de los servicios médicos de urgencia locales.

El objetivo general de colocar una tabla de salvamento sobre una víctima de traumatismo espinal en el agua es poder sacar a la persona de la piscina sin causarle más lesiones. Existen muchas técnicas que se utilizan para colocar una tabla de salvamento sobre una víctima de manera eficaz. Todas las técnicas se basan en el mismo conjunto de principios y los pasos específicos detallados dependen de la circunstancia:

- Mantener la estabilización en línea de la cabeza, el cuello y la espalda de la víctima.
- Se coloca un tablero debajo de la víctima y se eleva hasta llegar a ella.
- Se utilizan una o más correas para el tablero, almohadas 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 inmovilizada con una tabla dorsal.

## Transporte estable sentado

Esta técnica de manejo de lesiones de la columna vertebral fue desarrollada originalmente para su uso en playas de surf <sup>5</sup> . Se utiliza más fácilmente en aguas con una profundidad no superior a en la cintura del socorrista.

Para realizar esta habilidad de manera efectiva, el socorrista debe:

- activar el EAP.
- acercarse a la víctima nadando a braza o caminando, teniendo cuidado de limitar cualquier perturbación en el agua.
- acercarse a la víctima por detrás. • colocar el brazo más cercano a la víctima debajo de la axila de la víctima más alejada del salvavidas. • colocar el brazo más alejado de la víctima debajo de la axila de la víctima más cercana al salvavidas.
- los brazos deben estar lo suficientemente debajo de las axilas de la víctima para permitir que las palmas de las manos del salvavidas alcancen las orejas 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 estén proporcionando estabilización manual en línea, el salvavidas debe levantar a la víctima para que su espalda esté alineada contra el pecho del salvavidas.
- mientras está de frente a la víctima, un segundo rescatador levanta ambas piernas de la víctima por detrás de las rodillas y la empuja contra **El primer rescatista regresa mientras saca a la víctima del agua.**

Esta técnica también se utiliza fácilmente con una víctima de traumatismo espinal en tierra que se encuentra sentada, de pie o acostada en posición boca abajo.



Figura C11.14



Figura C11.15

When additional lifeguards are available, each of the back-up lifeguards should place his/her hands under the back, legs, and waist of the suspected spinal trauma victim. This will help to provide support and stabilization to the spinal column.

FIGURE C.11.16



One lifeguard maintains control of the rescue tubes of all other rescuing lifeguards.

Primary lifeguard provides inline stabilization.

## Tablero de pie

La tabla de pie o lo que a menudo se conoce como "derribo de pie" se utiliza cuando una persona presenta signos de traumatismo espinal.

mientras está en tierra. O bien, se utiliza cuando una persona se queja de síntomas de traumatismo espinal mientras está en tierra y de pie.

Los pasos para colocar una tabla de espaldas a una víctima que está de pie son:

- 1.) El salvavidas proporciona estabilización manual en línea colocando las palmas de sus manos sobre los oídos de la víctima mientras está de frente a ella.
- 2.) El salvavidas de respaldo colocará el collarín del tamaño adecuado mientras se encuentra detrás de la víctima.
- 3.) Un salvavidas de respaldo colocará la tabla espinal detrás de la víctima.
- 4.) Dos socorristas mantendrán la estabilización manual en línea mientras se encuentran frente a la víctima, colocando cada uno la palma de su mano más cercana a la víctima sobre la oreja de la víctima. Estos socorristas colocarán su otra mano debajo de la axila de la víctima y agarrarán un asa de la camilla.
- 5.) Un tercer salvavidas de respaldo agarrará la parte superior del tablero con dos manos desde detrás de la víctima para ayudar a guiar el tablero con la víctima hasta el suelo mientras los otros dos salvavidas mantienen la estabilización manual en línea y el contacto con las manijas del tablero.

Vertical backboarding on land of a victim of suspected spinal trauma – often referred to as a 'standing takedown'.

FIGURE C.6.13



World Academy of Safety & Health

Video E.2.a

## Tablero de profundidad cero

Los procedimientos de backboarding de profundidad cero se utilizan en dos circunstancias diferentes. Si una persona presenta signos o se queja de los síntomas de traumatismo espinal mientras está en tierra y está en el suelo. O bien, si una persona presenta signos de traumatismo espinal mientras está en aguas poco profundas (desde unos pocos centímetros hasta solo el suelo mojado). Si las vías respiratorias de la víctima, mientras está boca arriba, están obstruidas y permanecen fuera del agua, entonces el agua es lo suficientemente poco profunda como para utilizar los procedimientos de backboarding de profundidad cero.

El procedimiento para el backboard de profundidad cero es:

- 1.) El socorrista principal (socorrista n.º 1) proporciona estabilización manual en línea mediante la técnica de tablillas para brazos desde arriba de una víctima boca arriba y mientras se para a un lado de una víctima boca abajo. Si la víctima está boca abajo, el socorrista debe girar a la víctima hasta la posición boca arriba una vez que esté asegurada con las tablillas para brazos.
- 2.) Si la víctima no responde, el salvavidas verifica si respira y, si no respira, proporciona respiración de rescate inmediata. 3.) Si la víctima responde o no responde pero respira, el salvavidas n.º 1 mantiene la estabilización en línea. 4.) El primer salvavidas de respaldo (salvavidas n.º 2) se hace cargo de la estabilización manual en línea desde un lado de la cabeza de la víctima colocando sus palmas sobre las orejas de la víctima.
- 5.) El salvavidas n.º 1 mueve los brazos de la víctima a los costados del cuerpo y le coloca un collarín.
- 6.) El socorrista #1 coloca el brazo de la víctima en el lado hacia el que será girado.
- 7.) El salvavidas n.º 1 agarra a la víctima en el área de la cadera y la caja torácica. 8.) El segundo salvavidas de respaldo (salvavidas n.º 3) recupera una tabla.
- 9.) El salvavidas n.º 2 le hace señales al salvavidas n.º 1 para que gire a la víctima hacia sí mismo y al salvavidas n.º 3 para que deslice la tabla debajo de la víctima desde el lado opuesto del salvavidas n.º 1.
- 10.) El salvavidas n.º 2 hace señales al salvavidas n.º 1 y al salvavidas n.º 3 para que rueden a la víctima sobre la camilla.  
El salvavidas n.º 3 recupera el arnés de la camilla mientras el salvavidas n.º 1 asegura las correas desde el pecho hasta los pies de la víctima 11.) (asegurándose de que la correa del pecho esté asegurada debajo de las axilas de la víctima y la correa de la cintura esté sobre la parte superior de las manos/brazos de la víctima).
- 12.) El socorrista n.º 3 ayuda al socorrista n.º 2 a asegurar el arnés y las correas de la cabeza. La correa superior de la cabeza pasa por la frente de la víctima y, si el arnés de la camilla tiene una segunda correa, pasa por encima del collarín cerca del mentón de la víctima.

## Prevención de traumatismos de columna y profundidades de buceo

Comprender las profundidades de buceo permitidas es fundamental para garantizar la seguridad durante la capacitación y en situaciones de rescate de la vida real. Las profundidades específicas pueden variar según el tipo de inmersión, las políticas de la instalación y las pautas de seguridad. A continuación, se incluye una descripción general de las profundidades de buceo permitidas típicas en un entorno de piscina.

Profundidades de buceo permitidas 1.

Buceo en aguas poco profundas:

- o Profundidad: Normalmente, se considera agua poco profunda aquella que tiene menos de 5 pies (1,5 metros) de profundidad.
- o Inmersiones permitidas: En general, se permiten las inmersiones con los pies por delante, ya que esto minimiza el riesgo de lesiones. Las inmersiones con la cabeza por delante nunca deben realizarse.  
Se permitirá en aguas poco profundas para evitar posibles lesiones en la cabeza o el cuello.

2. Profundidad estándar de buceo en superficie:

- o Profundidad: Las profundidades de buceo estándar para inmersiones de superficie desde la cabeza generalmente varían de 5 a 12 pies (1,5 a 3,7 metros).
- o Inmersiones permitidas: En este rango se pueden realizar inmersiones en superficie tanto de cabeza como de pies, siempre que haya una profundidad de agua adecuada.  
Para garantizar la seguridad.

3. Buceo en aguas profundas:

- o Profundidad: El agua profunda se define generalmente como aquella que tiene más de 12 pies (3,7 metros) de profundidad.
- o Inmersiones permitidas: En aguas profundas, los salvavidas pueden realizar inmersiones de cabeza y pies con seguridad. La profundidad permite una inmersión segura.  
descenso sin riesgo de tocar fondo.

Factores que afectan la profundidad de buceo y consideraciones de seguridad 1. Tipo de buceo:

la técnica que se utilice (por ejemplo, de cabeza o de pies) influirá en la profundidad de buceo permitida. Inmersiones de cabeza

Requiere aguas más profundas para evitar lesiones.

2. Diseño de la piscina: Las distintas piscinas tienen distintas profundidades y es posible que haya secciones específicas designadas para el buceo. Es importante tener en cuenta de estas áreas.

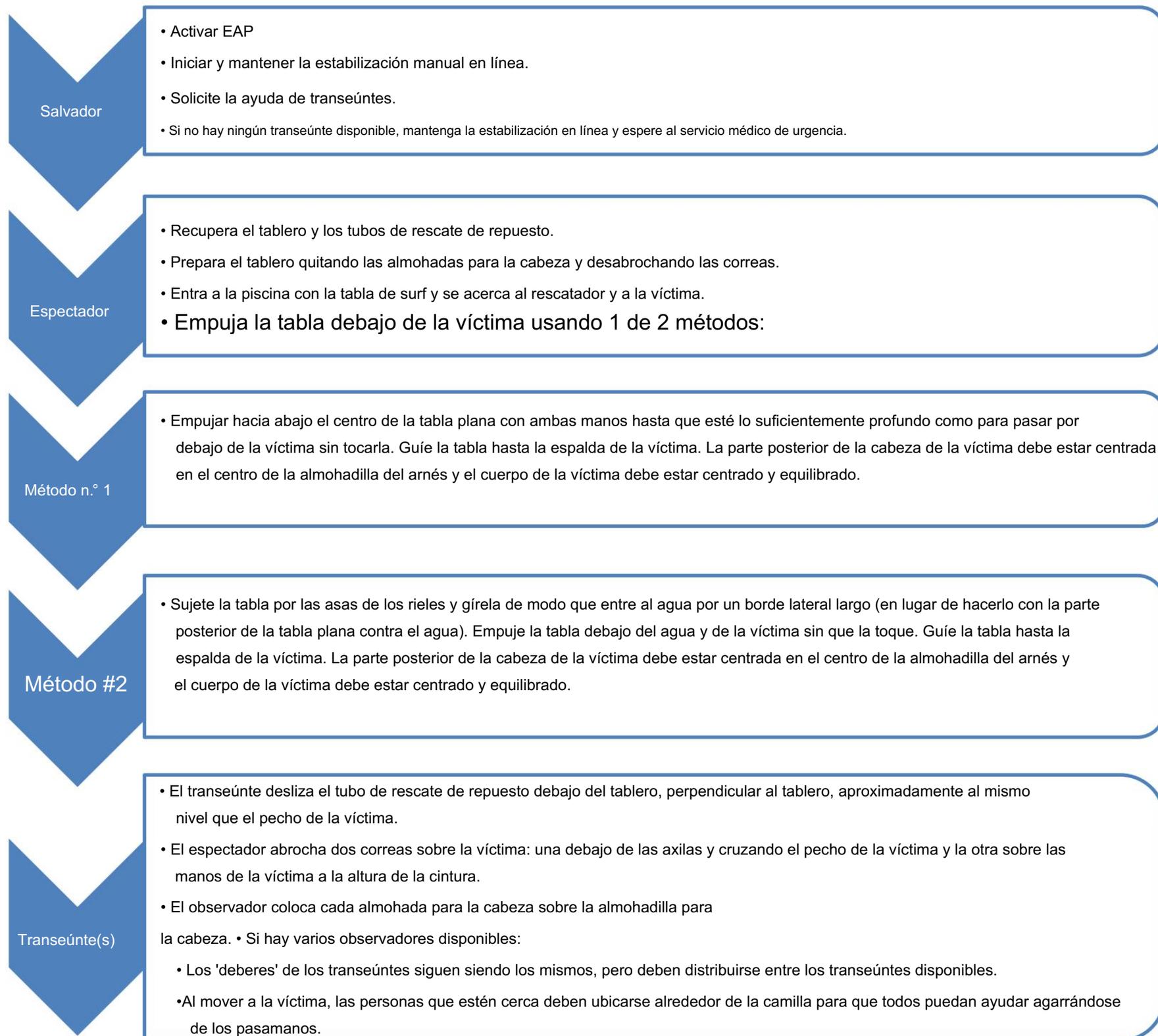
3. Reglas de las instalaciones: Cada instalación puede tener sus propias pautas con respecto a las profundidades de buceo, por lo que es fundamental familiarizarse con las reglas específicas de la piscina donde se realiza el entrenamiento.

4. Evaluación previa a la inmersión: evalúe siempre la profundidad del agua y el entorno circundante antes de realizar cualquier inmersión.

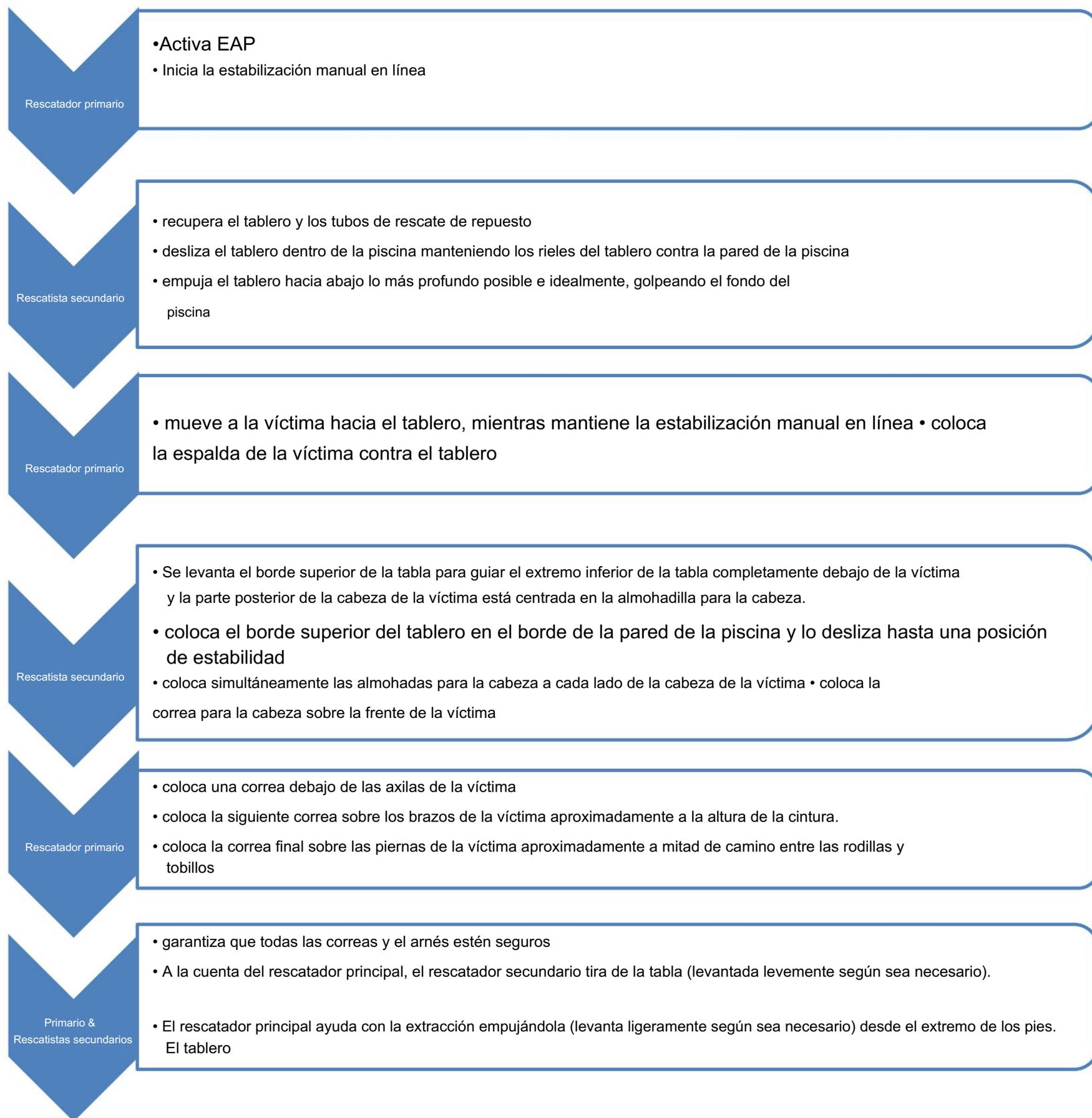
5. Área despejada: asegúrese de que el área esté libre de otras personas u obstáculos para evitar colisiones.

## Tabla de surf en el agua

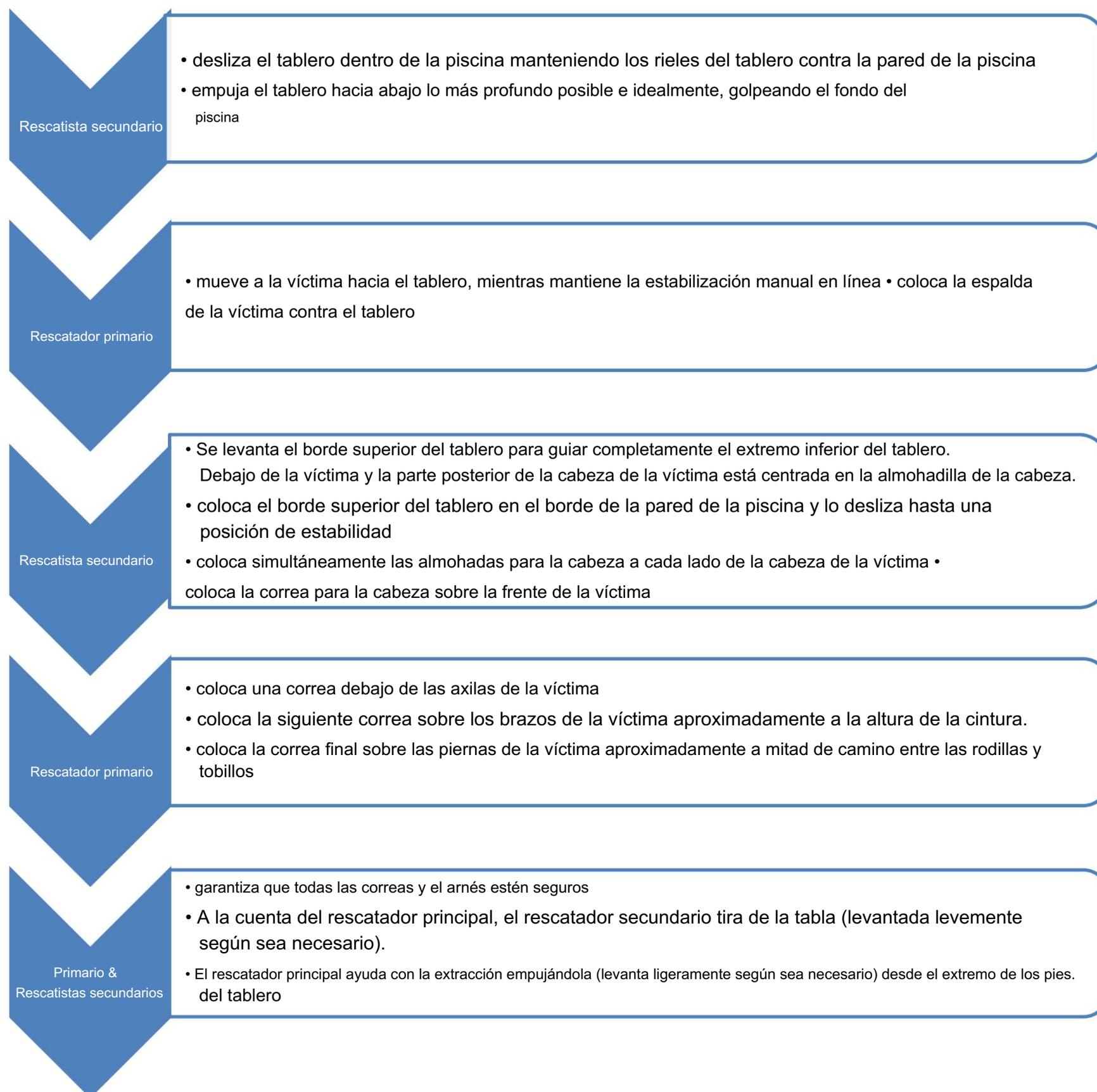
### Un salvador



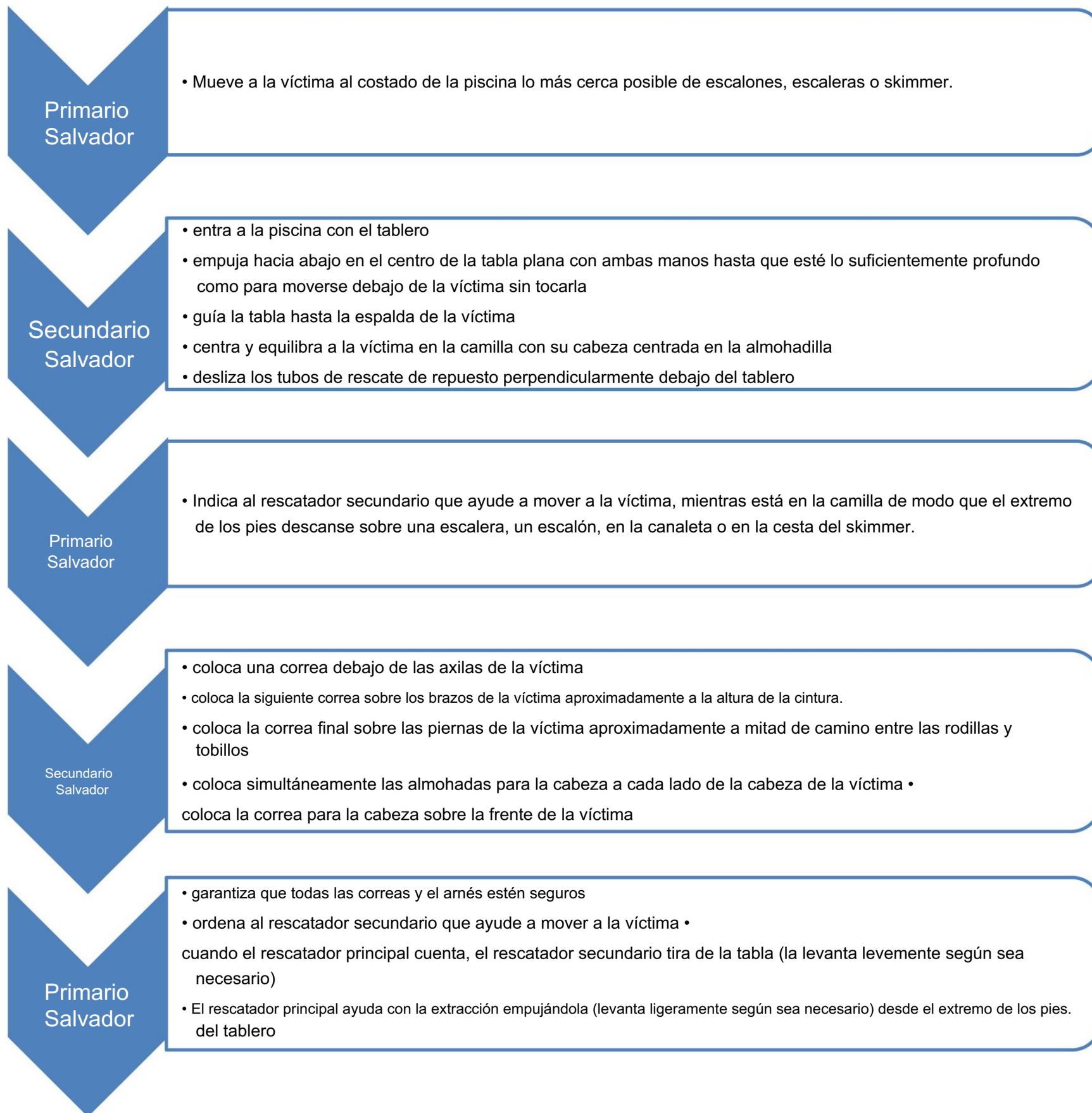
## Dos rescatadores



## Tres o más rescatistas: opción n.º 1



## Tres o más rescatistas – Opción n.º 2



### Tres o más rescatistas – Opción n.º 3



## Resumen del capítulo once

1.) Los signos y síntomas de un traumatismo espinal pueden incluir:

- a.) Estado alterado de conciencia
- b.) Líquidos que salen de la boca, la nariz, los oídos y/o los ojos.
- c.) Ni a ni b son correctas
- d.) Tanto a como b

2.) Las instalaciones acuáticas deben consultar y coordinar con su servicio médico de urgencia local para obtener orientación sobre el tratamiento de víctimas de traumatismos espinales.

- a.) Verdadero
- b.) Falso

3.) El agarre de cabeza, mentón y pecho y las férulas de brazo son dos técnicas viables para inmovilizar a la víctima de una presunta lesión espinal.  
Trauma en el agua.

- a.) Verdadero
- b.) Falso

4.) Al utilizar la técnica de férulas de brazo en aguas poco profundas, ¿por qué es importante que el salvavidas lo haga de manera lenta, suave y constante?

¿Mantener la estabilización en línea para caminar con la víctima alrededor de la piscina mientras espera la tabla?

ASHI (una empresa) Basic First

Ayuda – Capítulo

&

ASHI (una empresa) Básica

Vida Soporte 13 (BLS) – Capítulo

Los capítulos doce (12) y trece (13) se impartirán como un curso ASHI independiente: Soporte vital básico (BLS)/Primeros auxilios. Todos los instructores de WASH deben tener un certificado de instructor ASHI válido en el nivel BLS. La finalización exitosa del curso ASHI de Soporte vital básico (BLS)/Primeros auxilios conduce a un certificado ASHI de BLS/Primeros auxilios que permanecerá válido por un período de un (1) año y el certificado de Primeros auxilios básicos permanecerá válido por dos (2) años a partir de la fecha que figura en el certificado.

Todos los manuales, materiales auxiliares y recursos de ASHI para BLS/Primeros Auxilios deben consultarse y utilizarse de acuerdo con las pautas de ASHI.

## Capacitación en servicio – Capítulo 14

**OBJECTIVE(S):** 1. Explain the need for continuing practice to keep skills sharp; 2. Explain the need for regular in-service training.

### GUÍA RÁPIDA DEL CAPÍTULO 14 DEL INSTRUCTOR

Capítulo 14	Entrega de contenido y habilidades
Mini-conferencia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Discutir la necesidad de realizar sesiones continuas de capacitación en servicio.</li> <li>• Analizar posibles temas y habilidades que deberían incluirse en la información de las instalaciones.</li> </ul> <p>Sesiones de capacitación de servicio</p> <p>*El instructor debe consultar el capítulo 14 para obtener más detalles y compartirlos con los estudiantes*</p>
Vídeo	SIN VIDEOCLIP
Demostración	SIN DEMOSTRACIÓN
Práctica	SIN PRÁCTICA DE HABILIDADES
Reflejar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar a los estudiantes tiempo para reflexionar sobre la información, discutirla y hacer preguntas antes de pasar a la siguiente lección/capítulo.</li> </ul>

### Capacitación en servicio

No basta con que los socorristas completen un curso de certificación o recertificación cada 1 o 2 años. Los socorristas deben participar en un desarrollo profesional continuo y en una capacitación en servicio en la instalación acuática en la que brindarán cobertura como socorristas.

La capacitación regular y de rutina en el servicio garantiza que los salvavidas estén preparados física y mentalmente para responder adecuadamente durante una emergencia.

Los temas de la formación en el servicio deben ser variados y también deben abordar cuestiones específicas de cada instalación. Por encima de todo, las habilidades de rescate de los socorristas deben mantenerse en forma.

El curso de capacitación debe abordar, como mínimo, lo siguiente:

- Aprender y practicar el EAP
- Normas y reglamentos de las instalaciones
- Técnicas preventivas de salvamento
- Actualización de las habilidades aprendidas en el curso de certificación de salvavidas/RCP/DEA/primeros auxilios
- Gestión integral de riesgos
- Documentación de instalaciones y procedimientos administrativos.
- Revisión de los requisitos locales, estatales y federales de los salvavidas.
- Estándares de la industria para salvavidas, personal e instalaciones acuáticas.

Los socorristas deben ser responsables de mantener sus habilidades para salvar vidas en óptimas condiciones: uno nunca sabe cuándo serán necesarios.

Los socorristas deben asistir a capacitaciones periódicas en servicio para una mejora continua.

## Escenarios especiales – Capítulo 15

**OBJECTIVE(S):** 1. Identify limitations of one lifeguard facilities; 2. Identify physical skills that require adapting if working at one lifeguard facilities; 3. Explain how to adapt physical skills at one lifeguard facilities to be able to provide effective emergency care; 4. Identify the unique challenges presented by specific facility features; 5. Explain how to provide emergency care when dealing with specific facility features.

### GUÍA RÁPIDA DEL CAPÍTULO 15 DEL INSTRUCTOR

Capítulo 15	Entrega de contenido y habilidades
Mini-conferencia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analizar los desafíos únicos que enfrenta un socorrista en una instalación de socorrismo individual y cómo adaptar las habilidades de rescate/atención de emergencia.</li> <li>• Analice los desafíos únicos que enfrentan los salvavidas que trabajan en una instalación con características acuáticas especiales (es decir, toboganes, troncos rodantes, río lento, etc.)</li> </ul> <p>*El instructor debe consultar el capítulo 15 para obtener más detalles y compartirlos con los estudiantes*</p>
Video	SIN VIDEOCLIP
Demostración	SIN DEMOSTRACIÓN
Práctica	SIN PRÁCTICA DE HABILIDADES
Reflejar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar tiempo a los estudiantes para reflexionar sobre la información, debatirla y hacer preguntas antes de pasar a la siguiente lección/capítulo.</li> </ul>

#### Instalaciones con un socorrista

Es fundamental que un socorrista que pueda trabajar solo en una piscina o instalación sepa cómo manejar de manera eficaz una emergencia en ausencia de un respaldo capacitado. En este manual y en el programa de certificación de socorristas de WASH, se

Se incluyen habilidades y conocimientos de contenido que abordan situaciones de socorrismo. Reglas generales para socorristas que trabajan

Solo incluye:

- Active siempre el EAP antes de responder a una emergencia
- Solicite la ayuda de los transeúntes cuando sea posible.
- Si es posible, establezca a la víctima y espere la llegada del servicio médico de urgencia.

#### Instalaciones con características especiales

- Almohadilla para salpicaduras
- Tabla de buceo
- Deslizar
- Río lento
- Rollo de troncos

Las características especiales deben inspeccionarse diariamente para garantizar que funcionan correctamente y no representan ningún 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 debe reabrirse hasta que se hayan completado e inspeccionado las reparaciones necesarias. Los salvavidas también deben permanecer atentos durante el horario de funcionamiento e informar sobre cualquier mal funcionamiento; mal funcionamiento percibido; piezas o equipos sueltos, rotos, faltantes o desgastados; ruidos inusuales o cambios en la forma en que funciona la característica, incluidas subidas o cortes de energía y problemas de suministro o flujo de agua.

La instalación debe contar con una lista de verificación de seguridad específica para cada elemento acuático o elemento especial de la propiedad. Estas listas de verificación deben completarse cada vez que se inspeccione el elemento. La persona que realiza la inspección debe firmarlas y fecharlas y deben conservarse en un archivo de la oficina de administración. Por supuesto, cualquier problema debe informarse inmediatamente a la administración y el elemento debe cerrarse para los usuarios.

Se debe prestar especial atención a la mejor ubicación del personal de salvavidas en las características especiales. Como mínimo, debe haber al menos un salvavidas en la parte superior e inferior de cualquier característica de tobogán; los salvavidas están ubicados estratégicamente a lo largo de todo el recorrido de cualquier característica de 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 debe haber puntos ciegos en las áreas de cobertura; la cobertura de respaldo se logra fácilmente.

En términos generales, al considerar la ubicación 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 porción del agua en ninguna de las características especiales queda sin protección y no hay puntos ciegos en el agua.
- Todos los socorristas que trabajan en la misma función especial tienen un método de comunicación confiable y eficaz. entre sí, además de las señales de silbido. Lo ideal es que todos los socorristas de la instalación compartan el mismo método de comunicación y tengan la capacidad de comunicarse con todo el resto del personal de la instalación.

## Persona/niño desaparecido

Cada vez que se notifique al socorrista que falta una persona, éste deberá:

- Obtenga el nombre y la descripción completa, incluyendo edad, género, color de cabello, color de ojos y descripción de la ropa.
- Descubra la última ubicación conocida de la persona.
- Averigüe si la persona desaparecida estaba realizando alguna actividad en la terraza de la piscina o en la playa; si fue vista por última vez en el agua; si caminaba en una dirección en particular. Es IMPORTANTE tener en cuenta que, estadísticamente hablando, los niños y los ancianos desaparecidos caminan en la dirección del viento a lo largo de la costa.
- Averiguar si la persona desaparecida padece alguna condición médica.
- Obtener cualquier otra información que pueda ser útil para localizar a la persona desaparecida.
- Comuníquese con el despachador con la información anterior para que pueda alertar a otros salvavidas. Si no hay despachador, avise a los negocios cercanos y utilice cualquier tipo de sistema de comunicación o de megafonía para alertar al público en la playa o sus alrededores.
- Instruya a la familia de la persona desaparecida a permanecer en un lugar para que el/los salvavidas puedan ponerse en contacto con ellos de manera fácil y rápida cuando sea necesario. • Si la persona desaparecida fue vista por última vez en el agua, el/los salvavidas deben evaluar e investigar de inmediato para determinar si se debe realizar una búsqueda en el agua.
- Notificar al despachador cuando se localice a la persona desaparecida.

Cada vez que se lleva a un niño desaparecido ante un salvavidas, el/los salvavidas deben:

- Notifique al operador sobre la desaparición del niño y asegúrese de compartir una descripción completa; el operador alertará a otros salvavidas.
- Si el socorrista no localiza inmediatamente a los padres, el niño desaparecido debe permanecer con él. Puede ser útil utilizar un silbato de un solo toque prolongado para llamar la atención de los bañistas y los bañistas y señalar al niño desaparecido.
- Si después de la notificación pública antes mencionada no se localiza a los padres, se deberá llevar al niño a la siguiente estación de salvavidas y repetir el procedimiento.
- Asegúrese de que el niño se sienta reconfortado y que su bienestar emocional se preserve durante el proceso.
- Si este procedimiento no logra localizar a los padres, el niño debe ser transferido a las autoridades locales. por su ayuda para localizar a los padres.
- En ningún momento durante el proceso, ningún socorrista deberá dejar su área sin vigilancia.

Resumen del capítulo quince

1. Los salvavidas deben utilizar a los transeúntes durante una emergencia en una de sus instalaciones.
  - a.) Verdadero
  - b.) Falso
2. Al utilizar la asistencia de un espectador, el socorrista debe proporcionar instrucciones verbales al espectador para cada secuencia de atención proporcionada antes de brindarla.
  - a.) Verdadero
  - b.) Falso

## Esquema del curso de socorrista en parques acuáticos

### Capítulo 1 – Introducción a los parques acuáticos

Lección	Objetivo(s) y/o habilidades físicas • Identificar	Tiempo (minutos)
Tablas de buceo	los tipos y características del buceo. tableros •	30
Toboganes de agua	• Identificar los tipos y características de los toboganes de agua. • Identificar	45
Ríos lentos	las características de los ríos lentos. • Identificar las	30
Piscinas de olas	características de las piscinas de olas. • Identificar las	30
Splash Pads y otras funciones de juego	características y particularidades de los parques acuáticos y las estructuras de juego.	30
<b>Tiempo total (minutos)</b>		<b>165</b>

### Capítulo 2 – Salvavidas preventivo y gestión de riesgos en el entorno de los parques acuáticos

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Protocolos de operaciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar la necesidad de procedimientos operativos.</li> <li>• Detallar lo que debe incluirse en los procedimientos operativos de la instalación.</li> </ul>	35
Normas y uso seguro	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar las reglas generales estándar del parque acuático.</li> <li>• Identificar las reglas específicas de cada atracción o característica del parque acuático.</li> <li>• Explicar las reglas específicas del parque acuático.</li> </ul>	20
Dispositivos de flotación personal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar qué dispositivos de flotación están permitidos, prohibidos y/o prohibidos y dónde requerido.</li> </ul>	15
EAP, inspecciones de riesgo y auditorías	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar qué debe incluir un EAP para un parque acuático.</li> <li>• Explicar el propósito de las inspecciones y auditorías de las instalaciones.</li> <li>• Detallar qué se debe inspeccionar y qué seguimiento se requiere.</li> <li>• Explicar los beneficios de las auditorías internas y externas de la instalación.</li> </ul>	45
<b>Tiempo total (minutos)</b>		<b>115</b>

### Capítulo 3 – Vigilancia y escaneo de usuarios en el entorno del parque acuático

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Peligros y operaciones especiales Consideraciones para los socorristas de los parques acuáticos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar la variedad de peligros y consideraciones operativas especiales en parques acuáticos.</li> <li>• Explicar la mejor manera de mitigar los riesgos dentro de los parques acuáticos.</li> </ul>	40
Comunicación dentro de los parques acuáticos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar las distintas técnicas de comunicación y cuándo y cómo se debe utilizar cada una.</li> </ul>	30
Vigilancia y escaneo de usuarios	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar los desafíos para una vigilancia y un escaneo efectivos en un parque acuático. configuración.</li> <li>• Explicar la ubicación de las estaciones de salvavidas dentro de un parque acuático.</li> <li>• Explicar cuándo y cómo cada socorrista debe reposicionarse. para mantener una vigilancia efectiva.</li> </ul>	35
Rotaciones de socorristas en un parque acuático	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Detallar los pasos de una rotación de salvavidas efectiva y segura en el parque acuático. configuración.</li> </ul>	15
<b>Tiempo total (minutos)</b>		<b>120</b>

## Capítulo 4 – Emergencias relacionadas con el agua en el entorno de los parques acuáticos

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Desconexión de emergencia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar la necesidad de interruptores de emergencia, dónde están ubicados y cuándo y cómo utilizarlos.</li> </ul>	15
Rescates acuáticos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender los pasos adicionales que pueden ser necesarios. se comprometió a realizar un rescate dentro de un parque acuático.</li> <li>• Comprender las consideraciones especiales para cada tipo de característica del parque acuático al ejecutar un rescate acuático.</li> </ul>	60
Tiempo total (minutos)		75

## EXAMEN ESCRITO FINAL

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Examen final escrito		30
Tiempo total (minutos)		30

## EVALUACIÓN FINAL DE HABILIDADES FÍSICAS

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Evaluación final de habilidades físicas		75
Tiempo total (minutos)		75

**TIEMPO TOTAL DEL CURSO DEL PLAN DE ESTUDIOS DE SALVAVIDAS DE PARQUE ACUÁTICO (no incluye los requisitos previos ni las evaluaciones formales escritas y/o prácticas):**  
**7 horas, 55 minutos**

## NOTAS IMPORTANTES: \*EI

tiempo para cada lección incluye la entrega de conocimientos de contenido, así como la demostración y práctica de habilidades físicas.

\*\*Este es un complemento especial del curso básico de salvavidas de piscina. Todos los participantes de este curso deben tener una certificación vigente de salvavidas de piscina de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) (como alternativa, el curso de salvavidas de piscina se puede realizar junto con el curso de parque acuático y como requisito previo para este).

\*\*\*Se puede agregar Soporte Vital Básico (BLS)/Primeros Auxilios de ASHI para aquellos que lo requieran.

**\*\*TENGA EN CUENTA:EI** Curso de socorrismo en la costa Se considera un Agregue el requisito previo del Curso de socorrista de piscina\*\* a

## Introducción a Parques acuáticos – Capítulo 1

*OBJECTIVE(S):* 1. Identify the special features within a waterpark; 2. Identify the characteristics of each of these waterpark features.

Los parques acuáticos tienen características especiales que requieren de una formación adicional para los socorristas en el uso de las técnicas y medidas preventivas adecuadas y más eficaces para garantizar la seguridad de los usuarios en el entorno del parque acuático. Es importante señalar que, a medida que la industria acuática siga evolucionando, es probable que se diseñen e introduzcan nuevas características en los parques acuáticos de todo el mundo. Como industria, tendremos que mantenernos flexibles y abiertos a nuevos aprendizajes en lo que respecta a proporcionar un servicio de socorrismo adecuado para estas nuevas características.

Los parques acuáticos tienen características especiales que no se ven en las piscinas estándar. Estas características pueden incluir cualquier combinación de las siguientes:

### Tablas de buceo

La profundidad de las piscinas de saltos puede variar y depende de la altura del trampolín o trampolines de la instalación. Por lo general, la profundidad de la piscina es de 4 metros (13,12 pies) cuando hay un trampolín y/o una plataforma de 5 metros y la profundidad de la piscina es de 5 metros (16,40 pies) si hay una plataforma de 10 metros.

Trampolín: los trampolines son flexibles y tienen bisagras en el extremo que se unen a la plataforma de la piscina. Estos trampolines pueden estar a 1 metro o 3 metros sobre la superficie del agua. Los trampolines modernos utilizan aluminio de calidad aeronáutica en su construcción y tienen una resina epoxi en

La superficie de la tabla se recubre para crear una superficie antideslizante. Además, estos trampolines tienen lo que se denomina un punto de apoyo ubicado a medio camino entre el punto de fijación de la tabla en la plataforma de la piscina y el extremo de la tabla sobre el agua. Este punto de apoyo es ajustable y se utiliza para apretar (o aflojar) la tabla.

Plataformas y trampolines de gran altura: las plataformas son estructuras de buceo fijas que pueden tener 5, 7 y 10 metros de altura y están construidas en una "torre" de buceo. Estas plataformas y estructuras, por lo general, utilizan hormigón en su construcción. A menudo, tienen una colchoneta en la superficie de la plataforma para evitar que los buceadores se resbalen.

### Toboganes de agua

Hay varios tipos de toboganes de agua, cada uno con sus propias características y peculiaridades únicas que requieren que el socorrista esté familiarizado y sepa cómo reaccionar ante emergencias en cada tipo de tobogán en la instalación en la que trabajará.

Toboganes para niños: todos estos toboganes comparten características similares, ya que son de recorrido lento, no demasiado altos ni empinados y desembocan en una piscina de poca profundidad, es decir, normalmente no más profunda que unos pocos centímetros. Estos toboganes pueden ser independientes o, en algunas instalaciones, pueden estar unidos a otra estructura o área de juegos acuáticos o ser parte de ella. No es raro que este tipo de toboganes estén montados en la plataforma de la piscina o sean parte del molde de la pared de la misma.

Toboganes tubulares: como su nombre lo indica, los usuarios se sientan en la parte superior o dentro de un tubo mientras descienden por el tobogán. El perfil de estos toboganes tiene forma de U y están abiertos al aire en la parte superior del tobogán. Por lo general, estos toboganes tienen paredes altas para evitar que los usuarios se salgan del tobogán mientras descienden.

Toboganes con colchoneta o plataforma: los usuarios usan una colchoneta de espuma o PVC para sentarse mientras descienden por el tobogán. Estos toboganes pueden tener un solo carril o, como suele ser el caso, tener varios carriles y dar cabida a varios usuarios a la vez. Por lo general, no son toboganes empinados.

Toboganes de velocidad: los usuarios descienden a gran velocidad en un tobogán que suele ser empinado, angosto y recto desde el punto de partida hasta el punto de salida. Estos toboganes tienen entre 75 y 300 pies de largo y pueden ser abiertos o cerrados.

Toboganes de caída libre: los usuarios se lanzan a una zona profunda de la piscina desde una altura determinada. Estos toboganes tienen un diseño sencillo y no requieren una gran cantidad de espacio dentro de las instalaciones para su instalación. Se pueden añadir fácilmente a piscinas existentes que necesitan ahorrar espacio y dinero.



The drop slide into the "catch pool".

FIGURE C.1.1



Toboganes de rafting: los usuarios descienden por el tobogán sobre o dentro de una balsa. Los toboganes y, posteriormente, las balsas pueden tener distintos tamaños para acomodar a un solo usuario o a una familia de usuarios en una sola balsa. El tobogán en sí puede contener múltiples características que incluyen áreas abiertas, cerradas, curvas y cambios de elevación, y el tobogán cambia varias veces entre patrones de subida y bajada.



A raft slide with single riders on a tube descending the feature.

FIGURE C.1.2



Toboganes serpentina: la característica que distingue a estos toboganes de otros tipos de toboganes es el hecho de que giran y cambian de dirección constantemente. Los cambios de dirección son el resultado de una serie de curvas cerradas en el tobogán.

## Ríos lentos

Los ríos lentos son pozas largas y sinuosas de poca profundidad en las que el agua se mueve en una sola dirección a una velocidad de entre 1 y 3 millas por hora (mph), lo que equivale a unos 2 a 3 pies por segundo. Estas pozas son características "cerradas", lo que significa que no hay un punto de inicio o de finalización definido. En cambio, los usuarios pueden entrar y salir del agua en varios puntos a lo largo del recorrido de las piscinas. En algunos casos, solo se permite el acceso a este tipo de piscinas a usuarios con balsas o flotadores, mientras que en otras instalaciones se permite el uso de estas piscinas a usuarios con o sin balsas.

## Piscinas de olas

Estas piscinas tienen olas generadas artificial o mecánicamente que pueden ser similares a las que se encuentran en entornos de aguas abiertas con mareas. Estas piscinas son más estrechas en la parte posterior, donde se generan las olas, en comparación con la parte delantera de la piscina, donde el agua se encuentra con la "playa".

Hay varios puntos de entrada y salida dentro de una piscina de olas que pueden incluir: escaleras en las paredes laterales de la piscina y entrada cero a lo largo de la parte más baja de la piscina o "frente a la playa".

Un tipo especial de piscina de olas que está ganando popularidad es la piscina de surf. Están diseñadas específicamente para el deporte del surf y no hay otros usuarios en estas piscinas. Las olas que se generan también han sido diseñadas para crear la mejor experiencia para quienes quieran practicar surf.

## Características de juego, piscinas con rociadores y áreas de juegos acuáticos

Dependiendo de las estructuras de juego exactas, la profundidad del agua y otros factores dentro de estas características, es posible que se requieran o no salvavidas.

Características de juego: estas estructuras suelen incluir algunas características diferentes dentro de la estructura más grande. Por ejemplo, dentro de una característica de juego se pueden encontrar pequeños toboganes de agua para niños, piscinas para niños muy poco profundas y pequeñas boquillas rociadoras, ya sea en la plataforma de lluvia o sobre el suelo.

Piscinas con rociadores y áreas de juegos acuáticos: por lo general, este tipo de características tienen poca o ninguna profundidad o agua estancada asociada a ellas. Estas características incluyen: boquillas rociadoras en la plataforma de lluvia que impulsan el agua hacia arriba en el aire; boquillas rociadoras sobre el suelo; boquillas rociadoras móviles; y duchas de varias formas que dejan caer agua sobre los usuarios. El piso de estas duchas generalmente está compuesto de goma antideslizante.

## Salvavidas preventivo – Capítulo 2

*OBJECTIVE(S):* 1. Explain the need for operating procedures; 2. Detail what must be included in the facility's operating procedures; 3. Identify overall standard waterpark rules; 4. Identify ride or feature specific waterpark rules; 5. Explain site specific waterpark rules; 6. Identify what and where flotation devices are permitted, disallowed, and/or required; 7. Explain what an EAP for a waterpark must include; 8. Explain the purpose of facility inspections and audits; 9. Detail what should be inspected and what follow-up is required; 10. Explain the benefits of internal and external audits of the facility.

### Protocolos operativos

Estos protocolos están diseñados para mitigar los riesgos y proporcionar un entorno más seguro en todo el parque acuático para los visitantes, colegas, vendedores y cualquier otra persona que visite las instalaciones. Debe haber protocolos operativos generales que rijan el parque acuático en general y también debe haber protocolos operativos específicos para cada atracción o función dentro del parque acuático.

Los protocolos operativos deben: estar publicados en un lugar donde todo el personal pueda verlos y acceder a ellos fácilmente; estar disponibles en cada atracción o función; estar incluidos en los manuales del personal y de las instalaciones. Además, los protocolos operativos específicos de la atracción o función deben estar disponibles para todo el personal y, como mínimo, deben proporcionar una descripción general de:

- Reglas y señalización para la función
- Dotación de personal y capacitación
- Protocolos de seguridad y requisitos para los pasajeros
- Inspecciones y auditorías
- Plan de acción de emergencia y flujo de agua

### Normas y reglamentos

De manera similar a los protocolos operativos, debería haber reglas para el funcionamiento seguro general del parque acuático y debería haber reglas específicas para cada atracción o característica que vayan más allá o entren en mayor detalle que el conjunto estándar de reglas de las instalaciones.

Las reglas generales de las instalaciones deben publicarse de manera destacada en todas las entradas de las instalaciones; en las áreas de alto tráfico dentro del parque acuático; en todas las ventanillas de venta de boletos; y en las áreas de despacho de toboganes de agua y otras atracciones o atracciones.

Las reglas específicas de cada atracción o función deben estar publicadas de forma destacada en la entrada de cada función respectiva. Estas reglas deben incluir instrucciones de uso seguro para cada atracción o función específica. Como mínimo, deben incluir lo siguiente:

- Requisitos de altura
- Requisitos de peso
- Posicionamiento de los usuarios en el recorrido/función
- Balsas obligatorias o prohibidas  
Entre usuarios
- Requisitos de edad
- Requisitos o prohibiciones en cuanto a vestimenta
- Requisitos de tiempo, espacio y distancia.

Es importante que las reglas generales establecidas para el parque acuático, así como para cada atracción o característica dentro del parque acuático, se originen en:

- Recomendaciones del fabricante
- Estándares de la industria, mejores prácticas y recomendaciones
- Normas y directrices específicas de la instalación

Las normas relacionadas con los dispositivos de flotación personales en un parque acuático probablemente varíen de una atracción o característica a otra. Por ejemplo, algunas atracciones requerirán dispositivos de flotación personales para usuarios de una determinada edad, altura y peso. Otras atracciones no permitirán el uso de dispositivos de flotación personales para ningún usuario.

Los administradores de parques acuáticos deben consultar las leyes locales, ya que algunas pueden requerir el uso de chalecos salvavidas en todo el parque acuático y/o en atracciones o características particulares dentro del parque acuático. Cuando sea necesario, es importante que las instalaciones de los parques acuáticos proporcionen al personal la capacitación adecuada sobre el uso y el tamaño de los chalecos salvavidas. Es igualmente importante realizar el mantenimiento adecuado de los chalecos salvavidas para garantizar que sigan funcionando correctamente.

Lifejacket/Personal Flotation Devices used for specific rides or features within a waterpark.  
FIGURE C.2.1



## EAP, Inspecciones de Riesgo y Auditorías

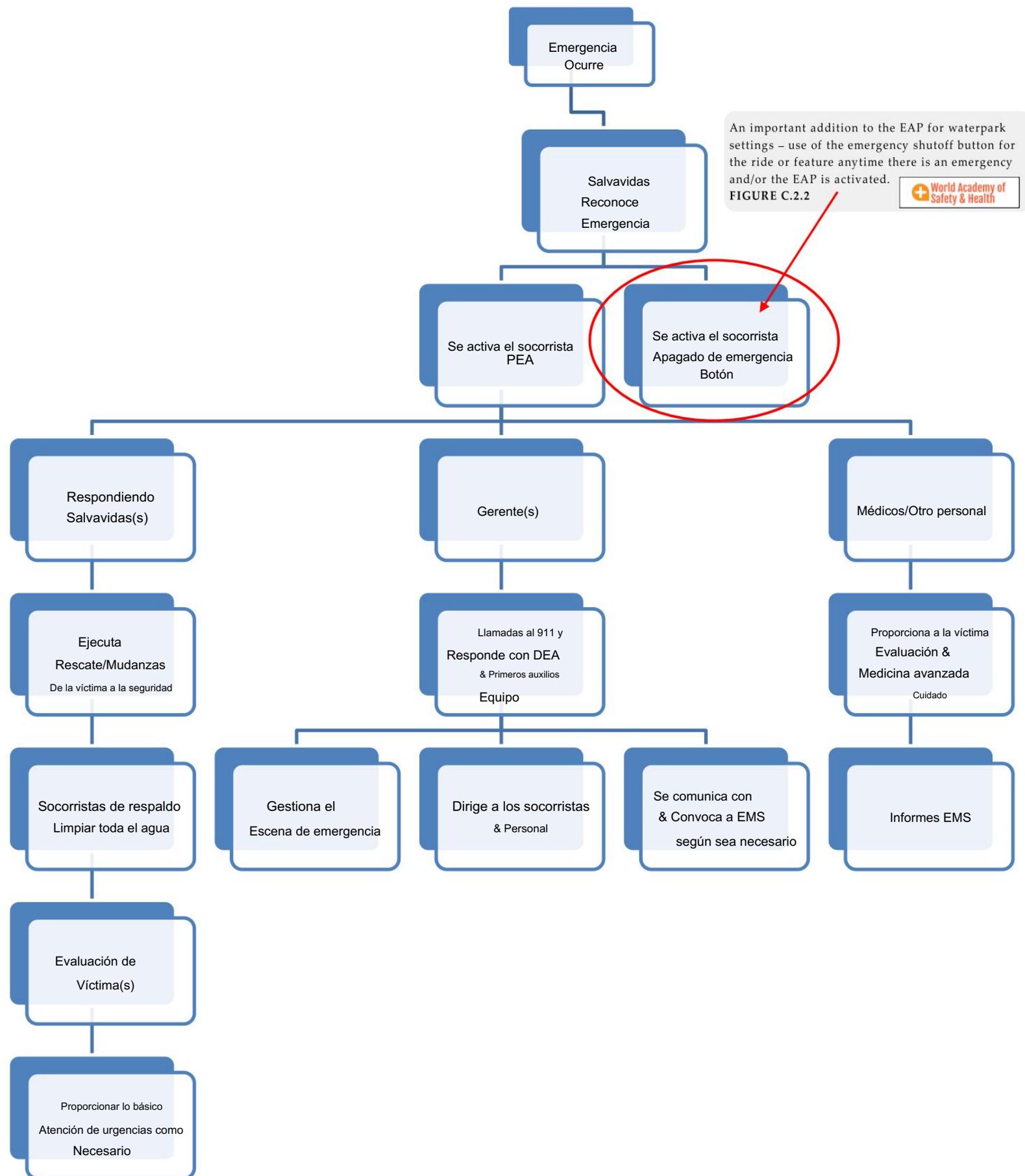
Durante la capacitación en el trabajo, la administración del parque acuático debe revisar y practicar de manera rutinaria el Plan de Acción de Emergencia (EAP) de la instalación con todos los empleados. Todas las instalaciones del parque acuático también deben realizar inspecciones diarias y auditorías internas periódicas para mitigar los riesgos.

El PAE debe publicarse, ser de fácil acceso y colocarse en lugares visibles para que los socorristas lo vean. Un PAE bien diseñado establece, específicamente, lo que cada miembro del personal debe hacer, cuándo debe hacerlo y exactamente cómo hacerlo, describiendo los procedimientos exactos.

La activación del EAP debe ocurrir cada vez que se produzca una emergencia y/o un socorrista 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 acuática o terrestre.

Las inspecciones de las instalaciones deben realizarse, como mínimo, diariamente antes de la apertura. La inspección debe incluir: equipo de rescate, suministros y equipos de primeros auxilios, cada atracción y elemento dentro de las instalaciones, las áreas sin protección, como las plataformas de la piscina y las salas de bombas, y la calidad del agua de la piscina. El propósito de estas inspecciones diarias es identificar elementos y/o áreas que puedan representar un riesgo para los clientes y/o empleados. Cualquier problema con el equipo de rescate, falta de suministros de primeros auxilios, condición insegura con una atracción o elemento y/o cualquier otra área insegura debe documentarse e informarse de inmediato. La instalación no debe abrirse para nadar hasta que todo el equipo esté abastecido y en buenas condiciones de funcionamiento y todas las condiciones de la plataforma sean seguras para su uso.

La instalación debe proporcionar una lista de verificación diaria para realizar inspecciones diarias. Las listas de verificación completas deben completarse de manera constante y precisa y deben conservarse archivadas en la oficina de la instalación. Incluso si se realiza una inspección al comienzo de cada día, los salvavidas y el resto del personal deben permanecer atentos durante todo el día para identificar cualquier cosa fuera de lo normal en cada atracción o elemento, ya que pueden surgir problemas durante el transcurso de la operación diaria.



# Vigilancia del usuario y Escaneando en el Escenario de parque acuático – Capítulo

OBJETIVO(S): 1. Explicar la variedad de peligros y consideraciones operativas especiales en los parques acuáticos; 2. Explicar la mejor manera de mitigar los riesgos dentro de los parques acuáticos; 3. Identificar las diversas técnicas de comunicación y cuándo y cómo se debe utilizar cada una; 4. Identificar los desafíos para la vigilancia y el escaneo efectivos en un entorno de parque acuático; 5. Explicar la ubicación de las estaciones de salvavidas dentro de un parque acuático; 6. Explicar cuándo y cómo los salvavidas individuales deben reposicionarse para mantener una vigilancia efectiva; 7. Detallar los pasos de una rotación de salvavidas efectiva y segura en el entorno de parque acuático.

## Peligros y consideraciones operativas especiales

Recuerde que el objetivo principal de la presencia de un socorrista es la seguridad y el bienestar de las personas (clientes y compañeros de trabajo) en las instalaciones acuáticas. Las atracciones y los elementos que se encuentran en muchos parques acuáticos presentan desafíos únicos para los socorristas: la mayoría de los elementos requieren múltiples estaciones de socorristas. Los toboganes acuáticos deben tener un socorrista en la parte superior del tobogán (área de despacho), al menos un socorrista en la piscina de captura y posiblemente socorristas adicionales en los puntos de salida. Además, muchos usuarios pueden asustarse, entrar en pánico, marearse o sentirse inseguros rápidamente mientras están dentro, sobre o alrededor de ciertas atracciones y elementos del parque acuático. Por ejemplo, las piscinas de olas no producen olas constantemente. Cuando se van a producir olas, generalmente un ruido les indica a los clientes que la acción de las olas está a punto de comenzar. Esto hará que algunos corran para salir de la piscina. Durante este tiempo, los socorristas deben prestar especial atención a quienes intentan salir de la piscina, a quienes permanecen en la piscina y a quienes pueden desorientarse o requerir asistencia una vez que comienza la acción de las olas.

Para mitigar estos impactos y poder responder eficazmente cuando sea necesario, se deben monitorear de cerca las siguientes áreas:

- Intervalos de tiempo y espacio •

Escalones/escaleras hasta el área de despacho o entrada deslizante

- Toboganes, especialmente toboganes de balsa, para usuarios que puedan haberse caído de la colchoneta o balsa • Pozas de captura, piscinas de olas y puntos de entrada a ríos lentos
- Colisiones entre usuarios; entre los usuarios y la diapositiva; entre los usuarios y la diapositiva. término
- Pozas de captura, piscinas de olas y puntos de salida de río lento.

Según las estadísticas, la mayoría de las lesiones en los parques acuáticos son una combinación de accidentes que ocurren en los toboganes de agua o cerca de ellos y resbalones y caídas en superficies mojadas: un 78,1 % de todas las lesiones que ocurren en el interior de los parques acuáticos. Según un estudio realizado por el personal de la Universidad de Akdeniz,

En el agua Las lesiones en el parque, mientras que los niños sufren especialmente traumatismos craneales, y se toman las maxilofaciales y espinales, son frecuentes, en el grupo de adultos. A menos que precauciones de seguridad necesarias y suficientes durante su uso. Aunque los agua parque

Actividades fatales, lesiones pueden traumatismos en las extremidades son comunes, los traumatismos

En el agua causar lesiones fatales en el parque, especialmente debido a craneoencefálicos y espinales son comunes. no deben ignorarse. Los toboganes de agua comprenden un lesión importante fuente

En el agua parques 15.



Waterslide Dispatch Area which requires a lifeguard to monitor the time and space intervals of the users.

FIGURE C.3.1



La prevención de emergencias y accidentes en un parque acuático debe ser un trabajo en equipo: los socorristas y el personal de todas las ubicaciones dentro de las instalaciones deben mantener una vigilancia eficaz de los usuarios y reforzar continuamente las reglas con los usuarios. Por ejemplo, en un tobogán acuático, el socorrista en el puesto de despacho debe recordar a cada usuario todas las reglas; el socorrista en el área de la piscina de recuperación debe alejar a los usuarios del punto de entrada del tobogán; los demás socorristas en los puntos de salida deben mantener la vigilancia de los usuarios en la piscina de recuperación.

## Comunicación

Las instalaciones de los parques acuáticos utilizan sistemas de comunicación similares (o no iguales) a los de otras instalaciones acuáticas, aunque existen algunas consideraciones especiales en los parques acuáticos. Por ejemplo, es posible que un socorrista de la zona de despacho no pueda ver a los socorristas que están al pie del tobogán. Por lo tanto, debe poder comunicarse con la dirección y los demás socorristas utilizando un método que no requiera contacto visual.

Algunos ejemplos de los métodos de comunicación que se pueden utilizar en un parque acuático son: teléfono, señales manuales, banderas portátiles, silbatos, megáfonos, bocinas de aire, sistemas de megafonía, interruptores y botones electrónicos, radios portátiles bidireccionales. Cada área o elemento dentro de un parque acuático puede requerir un método de comunicación diferente según la disposición de ese elemento y otras características.

## Vigilancia

Los salvavidas en entornos de parques acuáticos pueden tener la capacidad de escanear eficazmente el agua y brindar suficiente vigilancia a los usuarios. Existen muchas características que pueden obstaculizar la línea de visión de los socorristas y hacer que sea difícil o imposible ver grandes áreas de la zona. Por ejemplo, fuentes, cascadas, vertederos de agua y rociadores pueden hacer que sea imposible para los socorristas explorar y brindar vigilancia efectiva de las áreas dentro y alrededor de estas características. Además, cuando se trabaja como socorrista en una piscina de olas, puede resultar imposible ver a los usuarios en el momento de calma de cada ola que pasa desde la estación de socorrista fija y sentada.

En estos casos, los socorristas deben cambiar de posición o ponerse de pie para proporcionar una vigilancia adecuada y eficaz a todos los usuarios en todas las áreas dentro de la zona de cobertura del socorrista. Si la reubicación no es suficiente, el socorrista o los socorristas deben caminar alrededor para garantizar que la vigilancia de todos los usuarios sea posible y eficaz. Si quedan áreas dentro de la zona de cobertura del socorrista que sean difíciles de explorar, puede ser necesario contar con socorristas adicionales para que toda la zona sea explorada de manera eficaz.

## Escaneo adecuado

Un escaneo eficaz y adecuado no cambia de una piscina a un parque acuático. Sin embargo, puede requerir ajustes según el elemento que se esté escaneando. El escaneo adecuado en el entorno del parque acuático todavía se produce en tres etapas:

4. Escaneo y dimensionamiento
5. Concentración y evaluación
6. Activación del EAP

Para poder inspeccionar y evaluar de manera adecuada y eficaz, el socorrista debe inspeccionar visualmente su área asignada mientras busca los signos y síntomas comunes de peligro o ahogamiento. Puede haber características dentro de una atracción de un parque acuático que impidan que los socorristas puedan ver la totalidad de la zona de cobertura. En un río tranquilo, por ejemplo, el socorrista puede tener que caminar por toda su zona de cobertura para garantizar que sea posible inspeccionar de manera eficaz. Mientras se encuentra en una piscina de olas, el socorrista puede descubrir que es necesario permanecer de pie en su puesto.

Si el socorrista observa algo inusual, errático o preocupante, debe centrarse en el cliente o los clientes que exhiben ese comportamiento y/o en el área de la atracción o atracción donde se lleva a cabo la actividad y evaluar nuevamente. La etapa de concentración y evaluación requiere que el socorrista esté familiarizado con los peligros y los comportamientos de alguien en problemas en cada atracción dentro del parque acuático.

Además, al evaluar una posible situación o persona que requiera asistencia, el socorrista debe aprender a diferenciar entre alguien que requiere asistencia y alguien que puede haber sido tomado por sorpresa o haber sido atropellado, pero que es capaz de levantarse y salir de la atracción o elemento sin ayuda. La capacidad de determinar quién necesita asistencia y quién no es una habilidad aprendida que cada socorrista desarrollará aún más con cada turno y aumentará su familiaridad con cada atracción.

Si el socorrista decide, basándose en la evaluación de las actividades, que es necesaria una respuesta, entonces se debe activar inmediatamente el Plan de Acción de Emergencia (EAP) de la instalación.

## Rotaciones

Las rotaciones de salvavidas dentro de un parque acuático deben realizarse de la misma manera que se llevan a cabo en instalaciones acuáticas y piscinas que no son parques acuáticos.

### Pasos para una rotación segura y efectiva

La transición de un socorrista a otro debe realizarse de manera que se mantenga una vigilancia constante de los usuarios. En ningún momento de la transición se debe comprometer la vigilancia de los usuarios. Siempre debe haber al menos un socorrista manteniendo las funciones de vigilancia.

Pasos:

6. El socorrista entrante se sitúa al lado de la estación de socorrista, teniendo cuidado de no obstaculizar la visión del socorrista que se encuentra en la posición.
7. El salvavidas entrante inicia la vigilancia del cliente desde la posición de pie y se lo comunica al salvavidas que está en la tribuna.
8. El socorrista en la tribuna pasa el tubo de rescate al socorrista entrante; recoge sus pertenencias; sale de la tribuna del socorrista; mantiene una Posición de pie y vigilancia del cliente en el lado opuesto de la tribuna al socorrista entrante.
9. El socorrista saliente mantiene la vigilancia del cliente mientras que el socorrista entrante se sitúa en la tribuna y se hace cargo del cliente. vigilancia y lo comunica al socorrista saliente.
10. Los salvavidas salientes ahora son libres de pasar a la siguiente estación de salvavidas en el ciclo de rotación.

### Pasos para una rotación de socorristas segura y eficaz

Pasos:

1. El salvavidas de despacho entrante se coloca al lado de la estación de salvavidas de despacho, teniendo cuidado de no obstaculizar la visión del salvavidas de despacho.
2. Los socorristas de despacho entrante y saliente se comunican entre sí cualquier información pertinente.
3. El socorrista de despacho saliente mantiene las funciones de vigilancia y despacho de pasajeros mientras el socorrista de despacho entrante se ubica.
4. Los socorristas de despacho entrante y saliente despachan al menos a un ciclista a la vez.
5. El salvavidas de despacho entrante se hace cargo de todas las funciones de vigilancia y despacho de pasajeros.
6. Los salvavidas de despacho saliente ahora son libres de moverse a la siguiente estación de salvavidas en el ciclo de rotación.

# Emergencias Hídricas – Capítulo<sup>4</sup>

**OBJECTIVE(S):** 1. Explain the need for emergency shutoffs, where they are located and when and how to utilize them; 2. Understand the additional steps that may need to be undertaken to perform a rescue within a waterpark feature; 3. Understand the special considerations for each type of waterpark feature when executing a water rescue.

## Desconexión de emergencia

Este botón, a veces denominado botón de parada de emergencia o interruptor de apagado, desactiva el suministro de energía a las funciones de una atracción de un parque acuático (por ejemplo, el generador de olas en una piscina de olas, la corriente de agua en un río tranquilo). Estos botones de apagado son de color rojo y, por lo general, se encuentran en la estación de salvavidas o cerca de ella. Sin importar dónde se encuentre el botón de apagado de emergencia para cada atracción dentro del parque acuático, cada salvavidas debe saber exactamente dónde se encuentra cada uno y cómo acceder a él cuando sea necesario.

## Rescates acuáticos

Debido a los desafíos únicos que presentan las características de un parque acuático, los procedimientos de rescate acuático deben adaptarse a las condiciones que se encuentran dentro de la característica para cada rescate. Será difícil, si no imposible, que los salvavidas respondan de manera efectiva y adapten el procedimiento de rescate a la atracción y las condiciones encontradas si nunca lo practican durante las sesiones de capacitación. Es fundamental que los salvavidas estén capacitados y practiquen la ejecución de rescates de todo tipo en todas las situaciones y lugares dentro de las atracciones y características de un parque acuático.

## Consideraciones especiales al ejecutar un rescate en un parque acuático

- Asegúrese siempre de que el botón de apagado de emergencia esté activado.
- Siempre:
  - Conozca la profundidad del agua. •  
Entre siempre por el punto más profundo si es posible.
  - Entre siempre al agua con los pies por delante mediante la entrada deslizante o la entrada de salto compacta.
- Nunca luches contra la corriente del agua. Muévete siempre con la corriente del agua:
  - Intente entrar al agua en la posición más profunda “contra la corriente” en un elemento del parque acuático que involucre flujo. En otras palabras, ingrese al agua en un lugar donde la corriente lo ayude a moverse hacia la(s) víctima(s) en lugar de ingresar al agua “contra la corriente” y luchar contra el flujo para llegar a la(s) víctima(s).
  - Intente siempre extraer a la víctima moviéndola en la misma dirección que el flujo de agua.
  - Coloque siempre a los salvavidas de espaldas al flujo de agua para ayudar a proteger a las víctimas del flujo y facilitar su socorristas para asegurar y apoyar a la(s) víctima(s). • Si es posible, flote con la(s) víctima(s).
- Esté siempre preparado para iniciar la respiración de rescate en el agua, ya que la extinción en el entorno del parque acuático puede llevar más tiempo debido a los diseños únicos y características.

Estas pautas y consideraciones también se aplican a los traumatismos de columna en el entorno de los parques acuáticos.

# Esquema del curso de socorrista en la costa

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Consideraciones especiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar características especiales y únicas al proteger aguas abiertas.</li> <li>Explicar las mejores prácticas para abordar las características especiales de las aguas abiertas entornos.</li> </ul>	65
Víctimas sumergidas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explicar cómo marcar la última posición conocida de una víctima en un entorno de aguas abiertas.</li> <li>Detallar los procedimientos (aguas poco profundas y profundas) para realizar una búsqueda de línea para localizar un víctima sumergida cuando no se puede ver el fondo.</li> </ul>	65
Equipo	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar el equipo especial utilizado para realizar tareas de salvavidas en un entorno de aguas abiertas.</li> <li>Demostrar un uso eficaz de los equipos y técnicas de rescate.</li> </ul>	240
Tiempo total (minutos)		370

## EXAMEN ESCRITO FINAL

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Examen final escrito		30
Tiempo total (minutos)		30

## EVALUACIÓN FINAL DE HABILIDADES FÍSICAS

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Evaluación final de habilidades físicas		75
Tiempo total (minutos)		75

**TIEMPO TOTAL DEL CURSO DEL PLAN DE ESTUDIOS DE GUARDAVIALES COSTEROS (no incluye los requisitos previos ni las evaluaciones formales escritas y/o prácticas):**  
**6 horas, 10 minutos**

## NOTAS IMPORTANTES:

\*El tiempo para cada lección incluye la entrega de conocimientos de contenido, así como la demostración y práctica de habilidades físicas.

\*\*Este es un complemento especial al curso básico de salvavidas de piscinas. Todos los participantes de este curso deben tener una certificación vigente de salvavidas de piscinas de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) (como alternativa, el curso de salvavidas de piscinas se puede realizar junto con el curso de la zona costera y como requisito previo para este).

\*\*\*Se puede agregar Soporte Vital Básico (BLS)/Primeros Auxilios de ASHI para aquellos que lo requieran.

**\*\*TENGA EN CUENTA:**  Se considera curso de socorrista costero

**UN** Agregue el requisito previo del Curso de socorrista de piscina\*\* a

# Objetivo de Certificación y Curso de formación

El propósito del programa de certificación y currículo de salvavidas de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) es brindar a los participantes la confianza, el conocimiento del contenido y las habilidades físicas para reconocer, responder y recuperarse en caso de una emergencia dentro o alrededor de una piscina, instalación acuática o aguas abiertas sin mareas.

Este programa ofrece la flexibilidad de poder adaptar las habilidades físicas y/o el tipo de respuesta y atención de emergencia a las circunstancias específicas y/o especiales de una instalación acuática.

Este curso no está diseñado para capacitar a los socorristas para que supervisen a otros socorristas. Para poder supervisar a los socorristas, es necesario haber completado con éxito un curso de gestión o supervisión.

Todos los participantes del curso tienen acceso electrónico (utilizando el inicio de sesión de estudiante en [lifeguardcertifications.com](http://lifeguardcertifications.com)) a los manuales del curso, presentaciones de diapositivas del curso y videoclips de habilidades del curso a partir del registro en la clase y hasta la fecha de vencimiento del certificado WASH.

## Políticas de certificación y Procedimientos

### Requisitos previos del curso a nivel de proveedor

Antes del inicio del curso los participantes:

- Debe tener, como mínimo, quince (15) años de edad antes de la fecha final del curso para ser elegible para inscribirse.
- Debe demostrar con éxito las habilidades físicas requeridas para el curso:
  - Nadar 500 yardas usando solo crol o braza sin descansar. Esta es una prueba sin tiempo.
  - Mantenerse a flote en el agua utilizando sólo las piernas durante dos (2) minutos.
  - Nadar veinticinco (25) yardas, sumergirse a una profundidad de entre seis (6) pies y doce (12) pies para recuperar una pesa de diez (10) libras, regresar a la superficie, nadar veinticinco (25) yardas de regreso al punto de partida mientras mantiene la pesa de diez (10) libras por encima de la superficie del agua. El participante debe salir de la piscina sin usar escaleras ni escalones con la pesa de 10 libras en la mano. Cada participante tendrá un máximo de 1 minuto y 40 segundos para completar esta habilidad previa.

### Requisitos para completar con éxito el curso de nivel de proveedor

Para obtener un certificado de socorrista costero de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH), los participantes:

- Debe estar presente en todas las reuniones de clase. Esto incluye, entre otras, sesiones en el aula, sesiones en la piscina y otras sesiones en persona.
- Debe cumplir el objetivo del curso para cada lección demostrando con éxito cada habilidad física requerida.
- Debe obtener una puntuación mínima del ochenta (80) por ciento en el examen escrito final supervisado.

### Período de certificación para el curso de nivel de proveedor

Cada certificado de socorrista de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) tendrá un período de validez de un (1) año a partir de la fecha de finalización. Esta fecha, así como la fecha de vencimiento del certificado, se mostrarán en el propio certificado.

Cada certificado del American Safety & Health Institute (ASHI), una empresa de HSI, obtenido durante un curso de la World Academy of Safety & Health (WASH) tendrá un período de validez de un (1) año a partir de la fecha de finalización. El certificado de Primeros Auxilios Básicos tendrá un período de validez de dos (2) años a partir de la fecha de finalización. Estas fechas, así como la fecha de vencimiento del certificado, se mostrarán en el propio certificado.

La Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) se reserva el derecho de suspender, revocar o, de otro modo, cancelar de manera temporal o permanente la validez de cualquier certificado WASH en cualquier momento y por cualquier motivo. Esto queda a criterio exclusivo de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH).

#### Requisitos de renovación de la certificación para el curso de nivel de probador

Hay tres (3) opciones disponibles para los salvavidas certificados por la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) una vez que su certificado expire.

- Si el certificado no tiene más de 30 días de vencimiento, la persona puede optar por inscribirse y completar un curso de recertificación abreviado de certificación de salvavidas de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) para recuperar su certificado de salvavidas. Este curso de recertificación de salvavidas requiere la finalización exitosa de los siguientes componentes para que un participante obtenga nuevamente su certificado de salvavidas: habilidades físicas previas requeridas como se describe en el Manual del participante de salvavidas, Políticas y procedimientos, Sección I Requisitos previos del curso; todas las habilidades físicas requeridas incluidas en el plan de estudios del curso; y examen final.
- Si el certificado no tiene más de 30 días de vencimiento, la persona puede optar por DESAFÍAR el curso. Al demostrar con éxito las habilidades físicas y aprobar el examen final escrito, el participante puede renovar su certificación de salvavidas de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH).
- Si el certificado ha vencido hace 31 días o más, la persona debe inscribirse y completar con éxito un curso completo de certificación de salvavidas de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) para recuperar su certificado de salvavidas.

# Diseño del curso

## Descripción del curso:

El curso de capacitación para salvavidas de WASH está destinado a personas que buscarán empleo como salvavidas de piscina en una instalación sin

Características especiales del parque acuático, como ríos lentos, toboganes, trampolines y otras atracciones acuáticas. Hay varios cursos preprogramados.

requisitos que se pueden encontrar en la Sección I de Políticas y Procedimientos.

El objetivo de este curso es desarrollar y equipar a los estudiantes con el conocimiento, las habilidades y la confianza para responder durante una situación en el agua o

Emergencia en tierra firme mientras trabajaba como socorrista de piscina. WASH fomenta el diseño instructivo y la aplicación de habilidades que proporcionen

flexibilidad en términos del mejor enfoque y respuesta a una emergencia en función de las circunstancias de cada instalación individual y

limitaciones. WASH cree que este enfoque permite abordar más escenarios del mundo real y las situaciones de emergencia más apropiadas.

Respuesta enseñada y practicada.

## Estructura del programa y del plan de

estudios: La capacitación de salvavidas de piscina es un curso básico de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH).

## Requisitos previos:

toda persona que desee obtener el certificado de salvavidas de la costa de WASH debe completar con éxito el curso básico de salvavidas de piscinas (con excepción de los

instructores de salvavidas que actualmente tengan un certificado válido de otra agencia de certificación reconocida por WASH). Una vez que se complete con éxito la capacitación

de salvavidas de piscinas, los participantes tendrán la opción de agregar más para obtener certificados de especialidad adicionales que pueden incluir:

Unidades de

## Estudiar

- Salvavidas frente al mar (frente al lago/sin mareas)
- Salvavidas del parque acuático
- Supervisor de salvavidas
- Salvavidas de rescate de surf (aguas de marea abiertas)

## Métodos de impartición:

Se ofrecerán clases de formación presenciales, impartidas por un instructor y en formato combinado. El contenido se proporcionará mediante conferencias del instructor,

Discusión facilitada por el instructor, trabajo en grupos pequeños, segmentos de video y presentaciones de diapositivas. El estudiante recomendado para el instructor

La proporción es 10:1.

# Evaluación de Participantes

Evaluación formal de las habilidades físicas requeridas:

Cada participante será evaluado en base a si aprueba o no todas las habilidades físicas requeridas. Cada participante debe demostrar con éxito cada habilidad física requerida.

Evaluación formal del conocimiento del contenido:

El examen final escrito es un elemento obligatorio para obtener la certificación. Este examen debe ser supervisado por un instructor autorizado de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) y no tiene límite de tiempo: el instructor o los instructores deben proporcionar a cada participante el tiempo suficiente para completarlo. examen.

El participante debe obtener una puntuación mínima del ochenta (80) por ciento en el examen escrito final. Si el participante no logra alcanzar esta puntuación mínima, no se le podrá emitir un certificado y deberá volver a realizar el curso.

Proceso de dar un título:

Cuando se emite un certificado de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH), significa que el participante, en la fecha de finalización que figura en el certificado, cumplió con todos los objetivos del curso al demostrar con éxito para el Instructor de WASH que figura en el certificado:

- una comprensión del conocimiento del contenido según su puntuación en el examen escrito final
- cada habilidad física requerida que se detalla en el Formulario de evaluación de habilidades (SAF)

Una tarjeta de certificación WASH válida no garantiza el desempeño actual o futuro del titular de la tarjeta. Es responsabilidad del empleador verificar la capacidad del titular de la tarjeta para desempeñar con éxito todas las funciones y responsabilidades del trabajo.

## Requisitos previos del curso

Antes de la primera sesión de clase (o durante la primera sesión de clase) de cualquier clase de salvavidas de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) Curso de certificación, cada participante debe completar con éxito las habilidades físicas previas del curso.

Si un participante no logra completar con éxito una de las habilidades físicas requeridas, no se le permitirá continuar en el curso.

- Verificar que todos los participantes tengan como mínimo quince (15) años de edad al momento de la última reunión de la clase.
- Nadar continuamente, utilizando únicamente el crol, durante 500 yardas (ver Figura Pre.1.1).
- Mantenerse a flote en el agua, utilizando sólo las piernas, durante dos (2) minutos (ver Figura Pre.1.2).
- Nadar a crol durante veinticinco (25) yardas; sumergirse a una profundidad de entre nueve (9) y doce (12) pies para recuperar una pesa de diez (10) libras; regresar a la superficie con la pesa; nadar veinticinco (25) yardas de regreso al punto de partida mientras mantiene la pesa de diez (10) libras por encima de la superficie del agua; salir de la piscina con la pesa de diez (10) libras sin usar las escaleras y/o los escalones. Esta habilidad debe completarse en un (1) minuto y cuarenta (40) segundos (ver Figura Pre.1.3).
- Tener un certificado vigente de salvavidas de piscina de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH). O inscribirse en el curso de certificación de salvavidas de piscina de WASH antes de inscribirse en el curso complementario frente al mar.



Figura Pre.1.1



Figura Pre.1.2



Figura Pre.1.3

# Consideraciones especiales – Capítulo 1

**OBJECTIVE(S):** 1. Identify special and unique features when guarding open water; 2. Explain best practices for dealing with the special features of open water environments; 3. Explain how to mark a victim's last known position in an open water environment; 4. Detail the procedures to conduct a line search to locate a submerged victim when the bottom cannot be seen; 5. Identify special equipment used to guard in open water environments; 6. Demonstrate effective use of rescue equipment & technique(s).

El trabajo de socorrista en una zona costera sin mareas, como un lago, presenta desafíos únicos que no se presentan en las piscinas. Las condiciones de un lago también exigen que el socorrista sea competente en habilidades que van más allá de las que debe utilizar eficazmente el socorrista de la piscina.

Por lo general, los socorristas no pueden ver a una profundidad significativa en un lago. Y, desde luego, no pueden ver el fondo. Esto, por supuesto, presenta un desafío para la vigilancia de los usuarios. Los socorristas deben controlar a los bañistas sabiendo que si uno se sumerge, no es tan fácil ver a la víctima en el fondo como el socorrista probablemente podría hacerlo en una piscina.

Además, si se reconoce a una víctima sumergida en una piscina, el socorrista que acude a la zona puede verla mientras realiza el rescate correspondiente. En un lago, no es así. En su lugar, el socorrista debe utilizar puntos de referencia y búsquedas con líneas.

## Consideraciones especiales en las instalaciones costeras

La zona de baño en una instalación costera debe estar marcada con un límite distintivo alrededor de esta zona de baño. Esto permitirá lo siguiente:

- Mantenga los posibles peligros para los bañistas fuera del área, es decir, botes a pedales, canoas, etc.
- Mantener a los bañistas en el área para que los salvavidas puedan escanear y vigilar más fácilmente a los clientes, así como comunicarse más fácilmente con los nadadores.
- Permitir la ubicación estratégica de los salvavidas para garantizar que se pueda mantener una vigilancia eficaz de los usuarios.
- Permitir que la administración monitoree el área de natación para detectar peligros submarinos.

## Peligros submarinos

La zona de natación debe inspeccionarse, al menos, diariamente y antes de abrirla a los nadadores para detectar peligros bajo el agua. Estos peligros deben eliminarse de inmediato. Si no es posible eliminar el peligro de inmediato, el socorrista debe comunicarse con la administración para que se pueda cerrar el área o marcar el objeto por encima de la línea de flotación para que los socorristas puedan mantener a los clientes alejados de esa área hasta que se elimine el peligro. La decisión de cerrar el área o marcar el peligro es una decisión basada en las circunstancias únicas de la instalación y debe tomarse teniendo como prioridad número uno la seguridad de los clientes. Si los clientes no pueden usar de manera segura alguna parte del área de natación sin que se elimine el peligro, entonces el área debe cerrarse hasta que se saque el objeto del agua.

## Muelles y embarcaderos

Los muelles y embarcaderos flotantes y fijos son estructuras comunes en las instalaciones costeras. A menudo, estas estructuras se utilizan para otras actividades recreativas además de la natación, como la pesca, el alquiler de canoas o botes a pedales o incluso el tráfico de embarcaciones que se acercan a la zona. Es fundamental que haya una zona de seguridad claramente marcada alrededor de estas estructuras para mantener alejados a los bañistas.

Si el muelle o embarcadero incluye algún elemento como un tobogán o un trampolín, se debe evitar el tránsito de embarcaciones y el área de alquiler de canoas y botes a pedales debe estar al otro lado de la estructura. En casos como estos, debe haber una zona de baño claramente marcada alrededor de la zona de aterrizaje del tobogán o trampolín.

Independientemente de si se permite nadar en el área o está estrictamente reservado para botes, canoas y otras actividades, se debe asignar(se) guardavidas al área utilizando los mismos principios generales de asignación utilizados al ubicar a los guardavidas en el área de natación general.

## Condiciones ambientales

Los cambios en las condiciones ambientales a lo largo del día pueden tener un impacto dramático en las condiciones del agua en cualquier instalación costera o de aguas abiertas. Estas condiciones ambientales y su impacto posterior en las condiciones del agua deben controlarse de cerca durante todo el día. Si hay algún cambio en las condiciones del agua que haga que no sea seguro nadar, el área debe cerrarse hasta que las condiciones mejoren lo suficiente para que sea seguro nadar.

El viento puede generar corrientes donde antes no existían o modificar las corrientes existentes. La lluvia también puede tener un impacto significativo en las condiciones del agua. Por ejemplo, las lluvias intensas pueden:

- Afecta negativamente la claridad del agua •  
Disminuye la temperatura del agua
- Aumentar los niveles de agua, lo que a su vez puede afectar las corrientes de agua.
- Cambiar el contorno del fondo, lo que puede provocar cambios en la profundidad del agua y/o cambios en el agua.  
corrientes

## Chalecos salvavidas

El uso de chalecos salvavidas en aguas abiertas sin mareas es fundamental para mejorar la seguridad y garantizar el bienestar de las personas que participan en actividades acuáticas. A continuación, se ofrece una explicación detallada de la importancia, los tipos y el uso adecuado de los chalecos salvavidas en estos entornos.

### Importancia de los chalecos salvavidas

1. Seguridad: Los chalecos salvavidas proporcionan flotabilidad, lo que ayuda a mantener a las personas a flote y reduce el riesgo de ahogamiento en aguas abiertas.  
agua, donde las condiciones pueden cambiar rápidamente.
2. Confianza: El uso de un chaleco salvavidas puede aumentar la comodidad y la confianza, lo que permite a las personas participar en actividades acuáticas.  
actividades con mayor sensación de seguridad.
3. Ayuda de rescate: En situaciones de emergencia, los chalecos salvavidas facilitan a los rescatistas localizar y ayudar a personas en peligro.

### Tipos de chalecos salvavidas

1. Tipo I (chaleco salvavidas para alta mar):
  - o Diseñado para aguas abiertas, agitadas o remotas.
  - o Ofrece la mayor flotabilidad y puede poner a la mayoría de las personas inconscientes boca arriba en el agua.
2. Tipo II (Chaleco salvavidas para uso cerca de la costa):
  - o Adecuado para aguas tranquilas y situaciones donde es probable un rescate rápido.
  - o Proporciona buena flotabilidad pero no puede poner boca arriba a una persona inconsciente.
3. Tipo III (Ayuda a la flotación):
  - o Diseñado para actividades como el esquí acuático o el kayak.
  - o Permite una mayor libertad de movimiento al mismo tiempo que proporciona flotabilidad, pero no puede poner boca abajo a una persona inconsciente.  
arriba.
4. Tipo V (Chaleco salvavidas de uso especial):
  - o Diseñado para actividades específicas (por ejemplo, kayak, windsurf).
  - o Debe usarse según las instrucciones para que cuente para los requisitos reglamentarios de flotabilidad.

#### Uso adecuado de los chalecos

##### salvavidas 1. Selección:

- o Elija un chaleco salvavidas que sea apropiado para la actividad y las condiciones del agua. Asegúrese de que esté certificado por la organizaciones de seguridad apropiadas (por ejemplo, la Guardia Costera de EE. UU.).

##### 2. Ajuste y adaptación:

- o Asegúrese de que el chaleco salvavidas se ajuste correctamente. Debe quedar ajustado, pero no demasiado apretado, para permitir el movimiento sin resbalándose.
- o Ajuste todas las correas y hebillas de acuerdo con las instrucciones del fabricante para asegurar la chaqueta.

##### 3. Inspección:

- o Antes de usarlo, inspeccione el chaleco salvavidas para detectar cualquier signo de daño, como rasgaduras, correas deshilachadas o daños. material de flotabilidad.
- o Compruebe que todos los cierres (cremalleras, hebillas) funcionen correctamente.

##### 4. Cómo usar el chaleco salvavidas:

- o Utilice siempre el chaleco salvavidas cuando realice actividades acuáticas, especialmente en aguas abiertas donde las condiciones pueden ser impredecibles.
- o Asegúrese de que esté usado correctamente, con todas las correas abrochadas y la chaqueta colocada correctamente en el cuerpo.

##### 5. Educación y formación:

- o Educar a los participantes sobre la importancia de los chalecos salvavidas y su uso adecuado antes de realizar actividades acuáticas.
- o Ofrecer capacitación sobre cómo colocarse y ajustar los chalecos salvavidas de manera efectiva.

#### Consideraciones en aguas abiertas sin mareas • Factores

ambientales: tenga en cuenta las condiciones específicas, como la temperatura del agua, los cambios climáticos y peligros potenciales (por ejemplo, corrientes, obstáculos submarinos).

- Actividades grupales: Al participar en actividades grupales, asegúrese de que todos usen un chaleco salvavidas y sean conscientes de las normas de seguridad. Protocolos.
- Supervisión: Asegúrese de que todos los participantes estén supervisados por un adulto calificado o un salvavidas, especialmente los niños o los nadadores sin experiencia.

##### Conclusión

Los chalecos salvavidas son una medida de seguridad esencial en las actividades en aguas abiertas sin mareas. Al seleccionar el tipo correcto, garantizar el ajuste y el uso adecuados y fomentar una cultura de seguridad, las personas pueden reducir significativamente el riesgo de accidentes y mejorar el disfrute general en el agua.

# Víctima sumergida en Aguas poco profundas – Capítulo 2

## Búsqueda de línea en aguas poco profundas

Se utiliza una búsqueda en línea de aguas poco profundas cuando una víctima se desliza debajo de la superficie del agua a una profundidad en la que el/los salvavidas pueden caminar fácilmente y el fondo no es visible (es decir, frente al lago).

Tanto el salvavidas que vio que esto ocurrió como el salvavidas principal que se está comunicando con el transeúnte que vio a la víctima deslizarse bajo el agua, deben intentar inmediatamente triangular la última posición conocida de la víctima.

Para lograr esto, el socorrista deberá:

- Tome nota visual de la última posición conocida de la víctima antes de sumergirse.
- Identificar rápidamente:
  - o un objeto estacionario más allá de esta posición; o un
  - objeto estacionario que sea perpendicular a esta posición y; o un objeto estacionario
  - que esté detrás de usted, el rescatador, en la costa.
- Estos tres objetos relativos a la última posición conocida de la víctima le permitirán mantener una marca de la profundidad y/o distancia desde la costa de la última posición conocida de la víctima, así como poder mantener la última posición conocida de la víctima en relación con la posición de la línea de búsqueda del salvavidas en el agua.
- A medida que llegan más socorristas a la escena, cada uno de ellos entrará al agua, formando una fila en la que estarán a la distancia de un brazo del socorrista de cada lado; para garantizar que esta distancia se mantenga durante toda la búsqueda, los socorristas pueden entrelazar los brazos.
- El salvavidas de mayor antigüedad en el agua será el rescatista principal responsable de dirigir la línea de búsqueda. y se comunicará directamente con el socorrista en tierra.
- La línea debe comenzar ya sea contra la corriente o contra el viento desde la última posición conocida de la víctima; la persona más baja debe estar en la parte menos profunda del agua y la persona más alta en la parte más profunda del agua sin que ninguna persona esté nunca más profunda que el pecho; la línea debe comenzar a caminar en la dirección de la última posición conocida de la víctima con cada persona en la línea moviendo sus pies de izquierda a derecha y de derecha a izquierda a través del fondo en un esfuerzo por sentir y localizar a la víctima; la línea se mueve al ritmo de la persona que camina más lenta.
- La búsqueda en línea debe continuar de ida y vuelta a través del agua hasta localizar a la víctima.

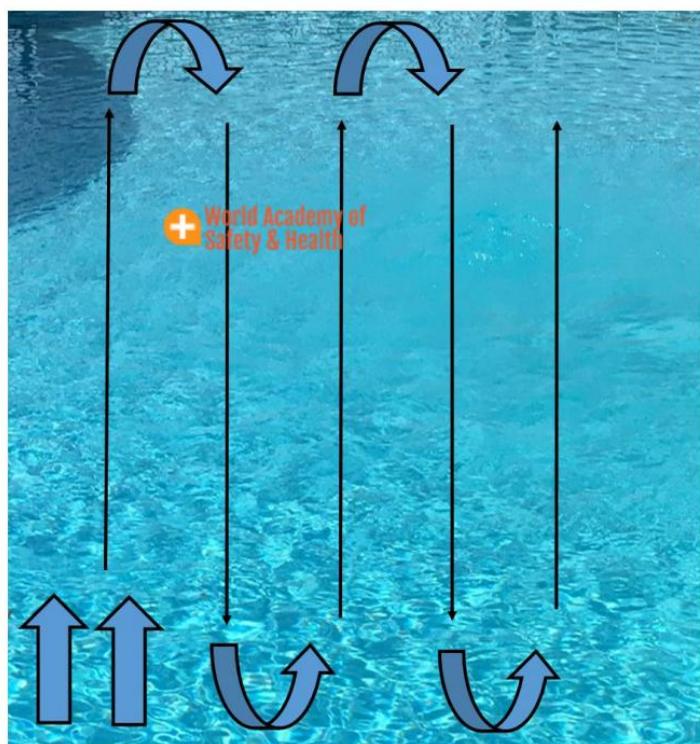


Figura CW2.2

Figura CW2.1

# Víctima sumergida en Profundo Agua – Capítulo 3

Búsqueda de línea de aguas profundas

Tanto el socorrista que vio que esto ocurrió como el socorrista principal que se está comunicando con el transeúnte que vio a la víctima deslizarse bajo el agua deben intentar de inmediato triangular la última posición conocida de la víctima. Para lograr esto, el socorrista debe:

- Tome nota visual de la última posición conocida de la víctima antes de sumergirse.
- Identificar rápidamente:
  - o un objeto estacionario más allá de esta posición; o
  - un objeto estacionario que sea perpendicular a esta posición y; o un objeto estacionario que esté detrás de usted, el rescatador, en la costa.
- Estos tres objetos relativos a la última posición conocida de la víctima le permitirán mantener una marca de la profundidad y/o distancia desde la costa de la última posición conocida de la víctima, así como poder mantener la última posición conocida de la víctima. posición relativa a la posición de la línea de búsqueda del salvavidas en el agua.
- A medida que lleguen más socorristas al lugar, cada uno entrará al agua con máscara y aletas, formando una fila en la que se colocarán a un brazo de distancia del socorrista en cada lado.
- El salvavidas de mayor antigüedad en el agua será el rescatista principal responsable de dirigir la línea de búsqueda y se comunicará directamente con el salvavidas en tierra.
- La línea debe comenzar ya sea contra la corriente o contra el viento desde la última posición conocida de la víctima; la persona más baja debe estar en la parte menos profunda del agua y la persona más alta en la parte más profunda del agua; la línea debe comenzar realizando una inmersión de cabeza en la superficie hasta el fondo y dando la cantidad de brazadas bajo el agua preasignadas por el rescatador principal en la dirección de la última posición conocida de la víctima con cada salvavidas en la línea moviendo sus manos, brazos y pies de izquierda a derecha y de derecha a izquierda a través del fondo y a través de la columna de agua y mirando visualmente a través del agua, todo en un esfuerzo por localizar a la víctima; los salvavidas deben volver a la superficie en posición vertical una vez que hayan completado la cantidad preasignada de brazadas bajo el agua; una vez que todos los salvavidas hayan vuelto a la superficie, el rescatador principal mueve la línea hacia el salvavidas que esté más atrás. • La

búsqueda de la línea debe continuar en este mismo patrón a través del agua hasta que se localice a la víctima; la búsqueda se realiza

por los servicios médicos de emergencia locales; o la búsqueda es finalizada por los servicios médicos de emergencia locales.

# Localización de la víctima sumergida – Capítulo 4

Si los salvavidas localizan a la víctima durante una búsqueda con cuerda, ya sea en aguas profundas o poco profundas, se la debe llevar inmediatamente a la superficie del agua. Los salvavidas deben lograr esto por cualquier medio necesario, siendo la técnica más recomendable aquella en la que uno o más salvavidas agarran a la víctima por debajo de cada axila.

Una vez en la superficie, la víctima debe permanecer boca arriba y asegurarse de que su cara no toque el agua. Los socorristas deben trabajar en equipo para trasladar a la víctima a la orilla lo más rápido y eficientemente posible. Una vez en la playa, la víctima debe ser evaluada.

y brindar la atención de emergencia adecuada según la condición de la víctima.

## Uso de máscara y aletas

### 1. Descripción general del

equipo: • **Máscara:** proporciona una visibilidad clara bajo el agua al crear un sello hermético alrededor de los ojos y la nariz. Permite que el rescatista vea con claridad en diversas condiciones de iluminación.

• **Aletas:** ayudan a aumentar la propulsión y la velocidad a través del agua, lo que permite al rescatista cubrir más terreno de manera eficiente y conservar energía durante la búsqueda.

### 2. Preparación antes de la inmersión: •

Compruebe el equipo: asegúrese de que la máscara esté correctamente ajustada y no presente fugas. Ajuste las correas para mayor comodidad y Seguridad. Compruebe que las aletas estén ajustadas pero no demasiado apretadas, lo que permite un fácil movimiento.

• **Practique la respiración:** familiarícese con las técnicas de respiración utilizando la mascarilla. Si le cubre la nariz, practique exhalar suavemente para evitar que se empañe.

### 3. Ingreso al agua: • Ingreso

seguro: ingrese al agua con los pies por delante para evitar posibles lesiones. Una vez en el agua, ajústese a la temperatura y condiciones antes de iniciar la búsqueda.

• **Posicionamiento:** Si el agua es poco profunda, considere una posición arrodillada o en cuclillas antes buceando para evaluar el área.

### 4. Técnica de buceo: •

**Control de la respiración:** Respira profundamente antes de sumergirte. Esto te ayudará a sumergirte más profundamente y permanecer bajo el agua por más tiempo.

• **Posición estilizada:** mantenga una posición corporal estilizada manteniendo las piernas juntas y los brazos a los costados. Esto reduce la resistencia y permite un movimiento más suave.

### 5. Búsqueda de la víctima: • Busque

señales visuales: mientras bucea, esté atento a cualquier señal de la víctima, como movimiento, ropa o burbujas.

• **Patrón de búsqueda en cuadrícula:** utilice un enfoque sistemático, como un patrón de búsqueda en cuadrícula, para cubrir el área por completo. Nade en línea recta y revise periódicamente las áreas buscadas anteriormente.

• **Uso de aletas:** utilice las aletas para impulsarse de manera eficaz. Patee de manera constante y evite salpicar en exceso para mantener el control y evitar crear turbulencia innecesaria

### 6. Localización de la víctima: •

**Toque y haga señales:** si localiza a la víctima, evalúe su estado rápidamente. Si está inconsciente o en peligro, haga señales para pedir ayuda. posible manteniendo el control de la víctima.

• **Técnicas de rescate:** prepárese para utilizar técnicas de rescate adecuadas, como asegurar la cabeza de la víctima por encima del agua y remolcarla hasta seguridad.

### 7. Protocolo Post-Búsqueda:

• **Reevaluar:** después de la búsqueda, evalúe sus hallazgos y comuníquese con otros rescatistas o con el personal de emergencia sobre la situación.

• **Documentación:** Si corresponde, documente los esfuerzos de búsqueda, incluido el área cubierta y cualquier hallazgo.

## Consideraciones

• **Condiciones de visibilidad:** la claridad del agua, la iluminación y la profundidad pueden afectar significativamente la visibilidad. Esté preparado para adaptar su técnica de búsqueda basado en estas condiciones.

• **Seguridad:** Priorice siempre su seguridad. Si la situación se torna peligrosa (por ejemplo, corrientes fuertes, escombros), considere esperar asistencia adicional antes de continuar la búsqueda.

El uso de una máscara y aletas mejora eficazmente la capacidad de localizar víctimas sumergidas en aguas sin mareas, lo que lo convierte en una habilidad vital para los salvavidas y los rescatistas.



Figura CW4.1

## Junta de Rescate Rescates – Capítulo 5

Las tablas de rescate son equipos comunes que utilizan habitualmente los socorristas en las instalaciones costeras. Tienen un aspecto similar al de una tabla de surf y están hechas de distintos materiales. Algunas tablas de rescate están compuestas exclusivamente de espuma de alta densidad, mientras que otras tienen un núcleo de plástico o fibra de vidrio que luego tiene una cubierta exterior de espuma de alta densidad o caucho.

Hay otras funciones que se pueden agregar o quitar de una placa durante la producción. Por ejemplo:

- aletas de distintos tamaños en la parte inferior •
- dos asas en la parte superior, mientras que algunas tienen asas en toda la longitud de la parte superior •
- rodilleras de espuma en la parte superior

Además, las tablas pueden variar tanto en tamaño como en forma, lo que puede tener un impacto dramático en la forma en que la tabla funciona en el agua.

Las tablas de rescate permiten al socorrista:

- Llegar a las víctimas, que están lejos de la orilla, mucho más rápido que nadando.  
la(s) víctima(s).
- Realizar la vigilancia de los clientes desde un punto de vista diferente, es decir, en el agua detrás del Nadadores. Esto también permite que el socorrista esté mucho más cerca de los nadadores en caso de emergencia.
- Rescatar a víctimas de mayor tamaño que de otra manera podrían requerir varios salvavidas para llevarlas a su lugar.  
costa.
- Rescatar eficazmente a una víctima pasiva que se encuentre a distancia de la orilla.
- Rescatar a varias víctimas a la vez.
- Realizar evaluaciones de una víctima dentro del agua.

Lifeguard rescue board  
with side handles, foam  
topper, bottom skeg.  
FIGURE CW.5.1



### Ejecución del rescate de víctimas con la Junta de Rescate

- El rescatador puede utilizar la tabla de rescate remando boca abajo, es decir, acostado boca abajo mientras da brazadas en el agua con ambos brazos simultáneamente o con un brazo seguido del otro, de manera similar a la brazada de crol. O bien, el rescatador puede arrodillarse sobre la tabla con su peso centrado y, mientras se inclina hacia adelante y hacia abajo, extender ambos brazos dentro del agua para dar brazadas simultáneamente. • A medida que el rescatador se acerca a la víctima, debe salir de la tabla de rescate sujetándola.
- El rescatista debe posicionarse sobre el lado largo de la tabla, girar la tabla boca abajo en el agua y aproximarse a la víctima empujando la tabla hacia ella y manteniéndola entre él y ella.  
**VÍCTIMA ACTIVA:**
- El rescatador debe pedirle a la víctima que extienda un brazo; el rescatador debe agarrar la muñeca del brazo extendido de la víctima para ayudar a colocarlo sobre el cuerpo de rescate.  
junta.
- El rescatador mantendrá a la víctima en la tabla agarrando continuamente la muñeca de la víctima contra el borde lateral de la tabla.
  - El rescatador ganará influencia con su patada bajo el agua para poder voltear la tabla de rescate hacia arriba.  
el agua mientras continúa sosteniendo la muñeca de la víctima contra la tabla para que la víctima termine boca abajo sobre la tabla.
  - El rescatador debe agarrar a la víctima por el traje de baño y/o la cintura (o la cadera si es necesario) para tirar de la parte inferior del cuerpo de la víctima.  
sobre el tablero.
  - El rescatador puede: nadar de lado hacia la orilla mientras sostiene la tabla de rescate con la otra mano; dar una patada de pecho mientras empuja la tabla de rescate con ambas manos desde atrás hacia la orilla; colocarse sobre la tabla de rescate posicionando el pecho entre las piernas de la víctima y remar con ambas manos hacia la orilla. Se puede pedir a una víctima activa que ayude a remar en cualquiera de estas situaciones.

VÍCTIMA PASIVA:

- El rescatador agarra una de las muñecas de la víctima y la coloca sobre la tabla de rescate mientras tira del pecho de la víctima hacia la tabla de rescate. subir a bordo lo más lejos posible.
- El rescatador mantendrá a la víctima en la tabla agarrando continuamente la muñeca de la víctima contra el borde lateral de la tabla.
- El rescatador ganará influencia con su patada debajo del agua para poder voltear la tabla de rescate hacia arriba en el agua mientras continúa sosteniendo la muñeca de la víctima contra la tabla para que la víctima termine boca abajo sobre la tabla.
- La cabeza y la cara de la víctima deben estar posicionadas sobre la tabla de rescate de manera que no entre agua.
- El rescatador debe agarrar a la víctima por el traje de baño y/o la cintura (o la cadera si es necesario) para tirar de la parte inferior del cuerpo de la víctima sobre el tablero.
- El rescatista se coloca en la tabla de rescate posicionando su pecho entre las piernas de la víctima y rema con ambas manos hacia la orilla.



Lifeguard makes a water entry on the rescue board to begin his approach to a possible in-water victim.  
FIGURE CW.5.2



FIGURE CW.5.3

Resumen

Enumere tres ventajas de las tablas de rescate en las instalaciones costeras.

Explique cómo triangular eficazmente la última posición conocida de una víctima sumergida en una instalación costera en la que el fondo no es visible.

¿Cómo realiza un equipo de salvavidas la búsqueda de una víctima sumergida en una línea de aguas poco profundas?

## Diseño de cursos de rescate de surf

### Descripción del curso:

El curso de capacitación WASH Surf Rescue está destinado a personas que buscarán empleo como salvavidas en aguas abiertas o

Otros entornos costeros con mareas. Hay varios requisitos previos del curso que se pueden encontrar en la Sección I de Políticas y procedimientos.

El objetivo de este curso es desarrollar y equipar a los estudiantes con el conocimiento, las habilidades y la confianza para responder durante una situación en el agua o

Emergencia en tierra firme mientras trabaja como salvavidas en aguas abiertas. WASH fomenta el diseño instructivo y la aplicación de habilidades que

Proporciona flexibilidad en términos del mejor enfoque y respuesta a una emergencia en función de las circunstancias de cada instalación individual.

y limitaciones. WASH cree que este enfoque permite abordar más escenarios del mundo real y las opciones más apropiadas.

Respuesta de emergencia enseñada y practicada.

### Estructura del programa y del plan de estudios:

La capacitación en Surf Rescue es un curso complementario especializado de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH).

### Requisito(s) previo(s):

Cualquier persona que desee obtener el certificado WASH Surf Rescue debe tener un certificado de salvavidas de piscina WASH actual, válido y verificable o un certificado de salvavidas de piscina emitido por otro organismo de certificación reconocido a nivel nacional y/o internacional.

### Métodos de entrega: Se

ofrecerán clases de capacitación presenciales dirigidas por un instructor. El contenido se proporcionará a través de conferencias del instructor, facilitadas por el instructor.

Discusión, trabajo en grupos pequeños, segmentos de video y presentaciones de diapositivas. La proporción recomendada de estudiantes por instructor es de 10:1.

### Equipo:

Equipo mínimo	Equipo recomendado (además del mínimo)
Tubo de rescate o bote de rescate: uno para cada socorrista de turno	Tubos y/o latas de rescate adicionales
Tablero completamente equipado	Boya(s) de anillo
Máscara de bolsillo para RCP: una para cada socorrista de turno	Tabla(s) de rescate
Máscara con válvula de bolsa (BVM)	Prismáticos
Aletas de natación	Rifonera de primeros auxilios: una para cada socorrista de turno
<b>Máscara y snorkel</b>	Radios portátiles bidireccionales
Botiquín de primeros auxilios con EPI	Oxígeno portátil de emergencia
Desfibrilador externo automático (DEA)	Boya de referencia para víctimas sumergidas SAR
Dispositivos de comunicación: silbatos, banderas, megáfonos, bocinas de aire, etc.	
Uniforme identificable, protector solar y otros equipos de protección solar.	
Procedimientos de documentación e informes	

## Descripción del curso

Capítulo	Tema(s)	Explique los siguientes conocimientos de contenido	Demuestre las siguientes habilidades físicas
1	Introducción al surf Salvavidas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beneficio de los servicios de salvavidas</li> <li>• Costos de los incidentes de ahogamiento</li> </ul>	No aplicable
2	Agua de marea	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tipos de olas, formación y efectos.</li> <li>• Tipos de corrientes, mareas y contornos del fondo.</li> <li>• Tipos de peligros</li> </ul>	No aplicable
3	Plan de Acción de Emergencia (PAE)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Propósito de un EAP</li> </ul>	No aplicable
4	Salvavidas preventivo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnicas de escaneo y vigilancia adecuadas y efectivas</li> <li>• Cómo reconocer a las víctimas               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Características y particularidades que podrían representar un peligro</li> </ul> </li> <li>• Ventajas de</li> </ul>	No aplicable
5	Surf Rescues	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ventajas y desventajas del tubo de rescate y lata de rescate</li> <li>• Ventajas y desventajas del uso de la tabla de rescate</li> <li>• Modos de entrada de agua</li> <li>• Enfoques hacia la víctima               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Posición de protección del socorrista</li> </ul> </li> <li>• Evaluación del traumatismo espinal</li> <li>• Técnicas de remolque de víctimas</li> <li>• Uso de aletas de natación para rescates.               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Defensa y escapes de socorristas</li> </ul> </li> <li>• Decidir entre extraer y ventilar</li> <li>• Extracción de víctimas del agua.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Surf Dash y pesca delfín</li> <li>• Crol y braza</li> <li>• Uso de aletas de natación y máscara/snorkel.</li> <li>• Enfoques hacia la víctima</li> <li>• Defensas y escapes de los salvavidas</li> <li>• Entrada y rescate mediante tabla de rescate</li> <li>• Ventilaciones eficaces en el agua</li> <li>• Extracción eficaz de víctimas</li> </ul>
6	Traumatismo espinal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diversas técnicas de manejo de lesiones de la columna vertebral.</li> <li>• Uso de collarín</li> <li>• Necesidad de orientación médica local en lo que respecta al traumatismo espinal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnicas adecuadas para el tratamiento de lesiones de la columna vertebral</li> <li>• Extracción adecuada de una víctima de lesión medular</li> <li>• Inmovilización adecuada de una víctima de lesión espinal sobre una tabla</li> </ul>
7	Comunicación y protocolos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Propósito y funciones del sistema de comunicación</li> <li>• Ventajas y desventajas de todos los tipos de sistemas de comunicación.               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Señales y procedimientos organizacionales</li> <li>• Señales hacia y desde socorristas en tierra y en alta mar</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diversos métodos de comunicación – semáforo, señales de silbido, señales con la mano, "llamadas" de radio</li> </ul>
8	Búsqueda y rescate	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Búsquedas en aguas profundas y poco profundas en mareas abiertas. agua</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Búsquedas de líneas en aguas profundas y poco profundas</li> </ul>

# Evaluación de Participantes

Evaluación formal de las habilidades físicas requeridas:

Cada participante será evaluado en base a si aprueba o no todas las habilidades físicas requeridas. Cada participante debe demostrar con éxito cada habilidad física requerida.

Evaluación formal del conocimiento del contenido:

El examen final escrito es un elemento obligatorio para obtener la certificación. Este examen debe ser supervisado por un instructor autorizado de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) y no tiene límite de tiempo: el instructor o los instructores deben proporcionar a cada participante el tiempo suficiente para completarlo. examen.

El participante debe obtener una puntuación mínima del ochenta (80) por ciento en el examen escrito final. Si el participante no logra alcanzar esta puntuación mínima, no se le podrá emitir un certificado y deberá volver a realizar el curso.

Proceso de dar un título:

Cuando se emite un certificado de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH), significa que el participante, en la fecha de finalización que figura en el certificado, cumplió con todos los objetivos del curso al demostrar con éxito para el Instructor de WASH que figura en el certificado:

- una comprensión del conocimiento del contenido según su puntuación en el examen escrito final
- cada habilidad física requerida que se detalla en el Formulario de evaluación de habilidades (SAF)

Una tarjeta de certificación WASH válida no garantiza el desempeño actual o futuro del titular de la tarjeta. Es responsabilidad del empleador verificar la capacidad del titular de la tarjeta para desempeñar con éxito todas las funciones y responsabilidades del trabajo.

## Requisitos previos del curso

Durante la primera sesión de clase de cualquier curso de certificación de surf de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH), cada participante debe completar con éxito las habilidades físicas previas requeridas por el curso.

Si un participante no logra completar con éxito una de las habilidades físicas requeridas, no se le permitirá continuar en el curso.

- Verificar que todos los participantes tengan, como mínimo, dieciocho (18) años de edad al momento de la última reunión de la clase.
- Verificar capacitación en el curso de salvavidas de piscina WASH o curso equivalente de otro organismo certificador reconocido a nivel nacional y/o internacional.
- Nadar continuamente, usando únicamente el crol, durante 500 yardas en 10 minutos o menos.
- Manténgase a flote durante un (1) minuto mientras sostiene un bloque de buceo de diez (10) libras con ambas manos.
- Nadar 25 yardas usando únicamente estilo libre en 20 segundos o menos.
- Realizar un salto de cabeza poco profundo, correr estilo libre 25 yardas, recuperar un ladrillo de salto de diez (10) libras del canalón de la piscina (o del borde de la piscina), regresar al punto de partida a 25 yardas de distancia y salir de la piscina con el ladrillo de buceo.
- Correr una (1) milla en 7 minutos, 30 segundos o menos.

# Introducción a Salvavidas en el surf – Capítulo 1

Los salvavidas en playas, océanos y otras aguas con mareas son vitales para la prevención de ahogamientos. Según la Asociación de Salvamento de los Estados Unidos (USLA, por sus siglas en inglés), las probabilidades de un ahogamiento fatal en una playa vigilada por un salvavidas de la USLA son de 1 en 18 millones<sup>26</sup>

Al tomar decisiones sobre el uso de salvavidas y otros medios para aumentar la seguridad pública en las políticas acuáticas, los responsables deben utilizar la evidencia local disponible. Esta evidencia incluye:

- los efectos que han tenido los socorristas en Seguridad y actitudes de los clientes;
- el número de personas que utilizan la instalación o área de playa Durante los últimos años; la
- la incidencia de lesiones y ahogamientos relacionados con el instalación en o zona de playa durante esos tiempos agua;
- datos en el número de lesiones y ahogamientos relacionados con piscinas y playas de la zona en o estado el agua con y sin salvavidas, a modo de comparación; y
- el nivel de socorristas proporcionados (por ejemplo, número de socorristas, número de personas que utilizan el servicio) instalación).

Además de Teniendo en cuenta estos factores, los responsables políticos deberían tener en cuenta las actitudes del público sobre los socorristas y la legislación. asuntos relacionado con utilizando salvavidas <sup>4</sup>.

El costo de los salvavidas, que incluye el reclutamiento y la contratación, la capacitación, los salarios y el equipo, es a menudo el mayor obstáculo para las organizaciones y los municipios/gobiernos a la hora de aprobar los servicios de salvavidas. Es importante que los encargados de la toma de decisiones consideren los posibles riesgos y costos asociados con la falta de salvavidas. Por ejemplo, existen costos asociados con los pagos de seguros; la atención médica a largo plazo para las víctimas de ahogamiento no fatal; y los costos de salud mental para las familias de las víctimas de ahogamiento. Según el Consejo Nacional de Seguridad en En 1997, el costo estimado fue de 790.000 dólares estadounidenses por cada muerte por lesión no intencional<sup>15</sup>. Esto equivale a más de 1,4 millones de dólares en 2022.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), en 2019 se produjeron aproximadamente 236.000 ahogamientos mortales en todo el mundo y, en general, el ahogamiento es la tercera causa principal de muerte no intencional en todo el mundo. Si analizamos los datos solo de los Estados Unidos, los costos relacionados con los incidentes de ahogamiento a lo largo de la costa superan los 273 millones de dólares anuales<sup>28</sup>.

Los datos proporcionados por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) indican que “el ahogamiento no mortal puede provocar problemas de salud a largo plazo y costosas estancias en el hospital”<sup>5</sup> como lo demuestra:

- Para Por cada niño que muere ahogado, otros ocho reciben atención de emergencia por Departamento de atención a ahogamiento no mortal. <sup>7</sup>
- Más del 40% de los ahogamientos tratados son transferidos en Los departamentos de emergencia requieren hospitalización o para recibir atención adicional (en comparación con el 8% de todos los casos). <sup>7</sup> lesiones no intencionales).



Figura C1.1

## Aguas de marea – Capítulo 2

### Ciclos de mareas

La Tierra no es un círculo ni una esfera perfectos. Por este motivo, no todas las zonas geográficas de nuestro planeta experimentan los mismos ciclos de mareas. Si la Tierra fuera un círculo perfecto, todas las regiones del mundo experimentarían dos mareas altas y bajas de proporciones iguales en cada período de 24 horas.

A medida que la Tierra gira, las grandes masas continentales (es decir, los continentes) impiden que las protuberancias mareales se desplacen hacia el oeste. Por lo tanto, esta agua no puede moverse libremente y, por lo tanto, establecer patrones de marea únicos en cada océano y/o en diferentes regiones del mismo océano<sup>21</sup>

Mareas semidiurnas: el patrón de mareas más común. La marea alta y la marea baja ocurren dos veces durante un período de 24 horas y la variación en la altura de cada marea alta y baja sucesiva es mínima. Esto se encuentra típicamente en la costa este de los Estados Unidos.

Mareas diurnas: las mareas altas y bajas ocurren una vez cada 24 horas. Esto ocurre normalmente en el Golfo de México.

Mareas mixtas –. Generalmente se encuentra en la costa oeste de los Estados Unidos, así como en muchas islas del Pacífico.

### Semi-Diurnal Tides

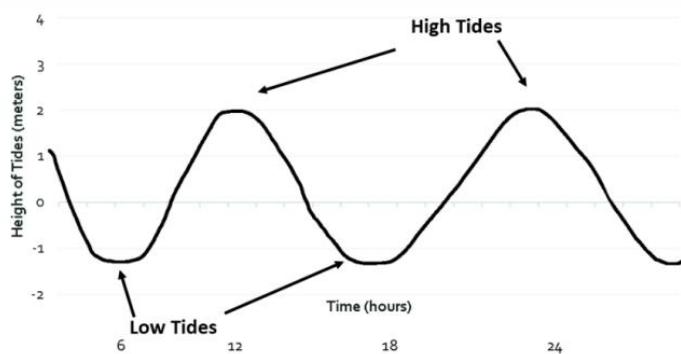
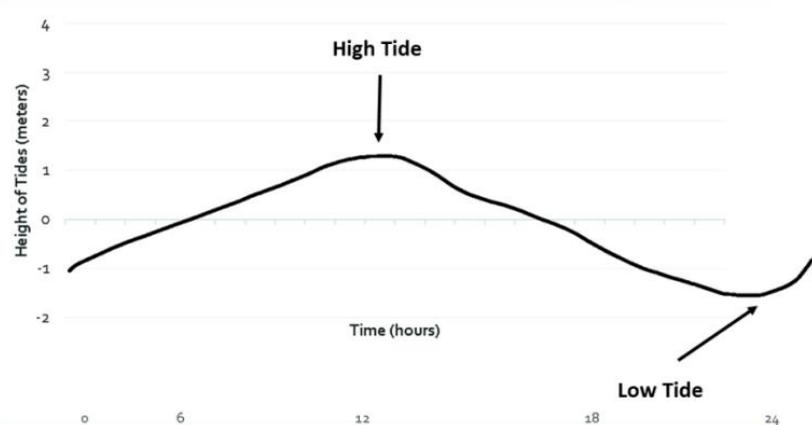


Figura C2.1

### Diurnal Tides



### Mixed Tides

Figura C2.2

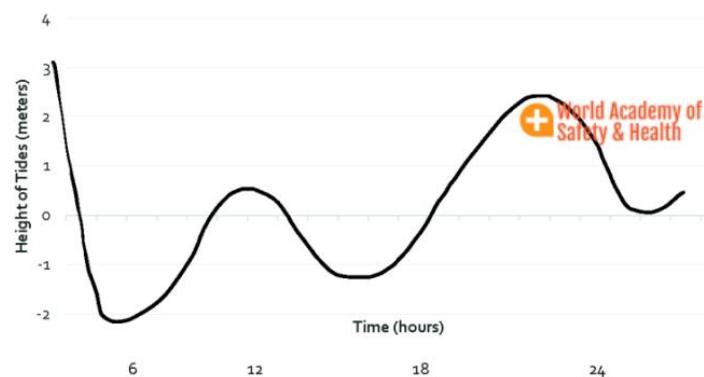
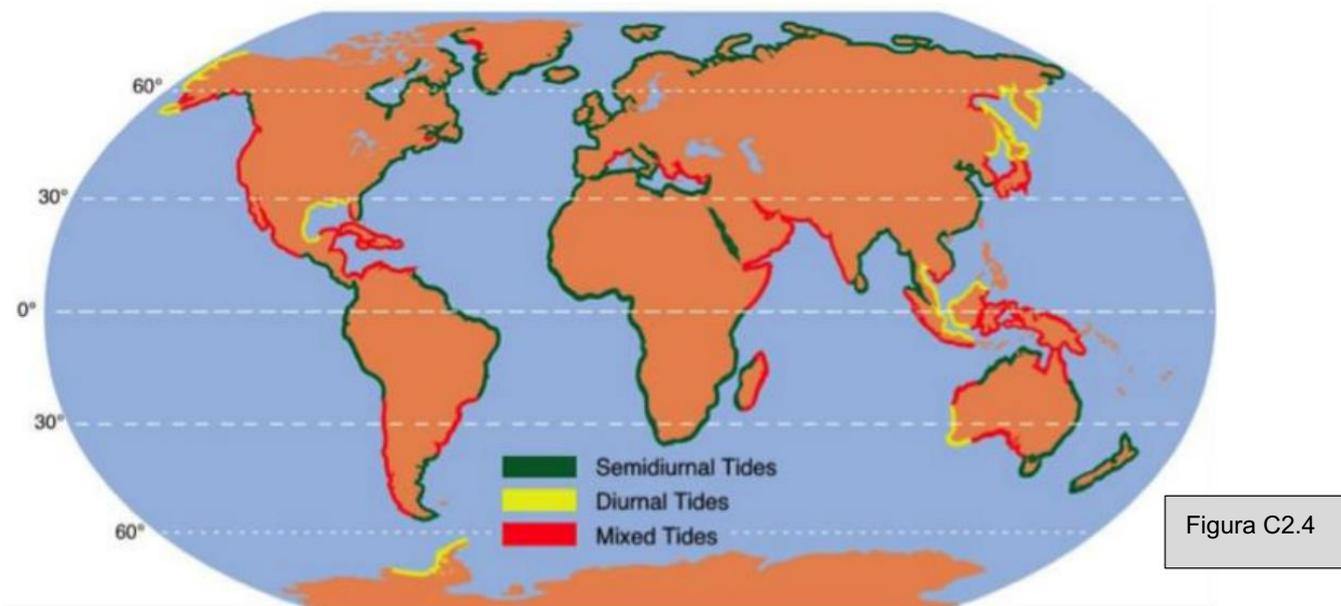


Figura C2.3



## Ondas

Las olas del océano comparten los mismos componentes característicos, entre los que se incluyen:

- Cresta: el punto más alto de una ola.
- Valle: el punto más bajo de una ola.
- Altura: la distancia entre la cresta y el valle • Amplitud: la distancia entre la cresta o el valle y la posición de reposo de la superficie del agua
- Período: el tiempo entre dos crestas de onda consecutivas
- Frecuencia: el número de ondas que pasan por una posición fija en un período de tiempo determinado.

Las olas de viento son causadas por la fricción entre los vientos locales y la superficie del agua.

Las olas de mar de fondo o mar de fondo se generan por el viento asociado a sistemas meteorológicos distantes. Los vientos locales tienen poco o ningún impacto en las olas de mar de fondo.

## Corrientes oceánicas

Según la Administración Nacional Oceánica y Atmosférica (NOAA), una "corriente oceánica describe el movimiento del agua de un lugar a otro. Las corrientes generalmente se miden en metros por segundo o en nudos (1 nudo = 1,85 kilómetros por hora o 1,15 millas por hora)<sup>18</sup> .

## Corrientes de resaca

Una corriente de resaca se produce cuando un volumen de agua fluye lejos de la playa o la costa en un canal estrecho. Estas corrientes, por lo general, se producen en playas de surf donde hay un hueco o división en un banco de arena y/o cerca de otras estructuras como un embarcadero, muelle, embarcadero u objeto similar. Son corrientes superficiales y solo pueden alejar a un nadador de la costa, no arrastran a un nadador debajo de la superficie del agua.

Las corrientes de resaca se pueden formar a brecha entre bancos de arena, muelles, o partes de arrecife. Semejante al mar. El agua de estas olas, llamadas olas alimentadoras, y corren a lo largo de la costa hasta encontrarla. un Apertura alrededor del obstáculo.

La corriente de agua, ahora una rasgarse corriente, juncos a La abertura que parece agua hacia abajo, a drenar. Justo a cada lado, y los sedimentos de la agitación pueden tomar líneas

A La corriente fluye más rápidamente que el agua de resaca en la playa. Esto a veces hace que se rompa corrientes demasiado fácil lugar como oscuro o fangosas que corren desde también,

La playa hacia el océano. el Las corrientes son por lo general, de aspecto más tranquilo que el entorno, pierde y agua. Una vez pasado el obstáculo (entre los bancos de arena) o muelles, a rotura actual detiene la presión.

15 fluido .

A menudo, las corrientes de resaca y las resacas se confunden entre sí. A diferencia de las corrientes de resaca, una resaca es una corriente oceánica que fluye a lo largo del fondo de la columna de agua. Una resaca también puede arrastrar a un nadador debajo de la superficie del agua<sup>15</sup>

Las corrientes de resaca pueden tener un ancho de hasta 10 pies, pero también pueden tener un ancho de hasta 100-200 pies. El agua se mueve normalmente a una velocidad de 1-2 pies por segundo (aproximadamente 1,09-2,19 kilómetros por hora o 0,59-1,18 nudos), pero puede alcanzar una velocidad de 8 pies por segundo (aproximadamente 8,8 kilómetros por hora o 4,74 nudos)<sup>18</sup> .

¿Por qué son peligrosas las corrientes de resaca?

- Los rescates realizados en playas de surf, más del 80% de las veces, son el resultado de corrientes de resaca<sup>18</sup>.
- Aleje a las personas de la orilla sin importar la habilidad para nadar de la persona.
- Puede aparecer, desaparecer y reaparecer en cualquier momento y también puede aumentar en fuerza en cualquier momento.

Cómo reconocer una corriente de resaca

- Canal de agua turbio, turbio y/o descolorido • Área de agua aplanada dentro de las olas rompientes
- Flujo de agua que sale mientras el flujo de agua a ambos lados del canal angosto en cuestión fluye hacia adentro. Esto se identifica con mayor frecuencia por una línea de escombros, algas, espuma u otros objetos que se alejan de la costa en el canal.
- El flujo de agua que sale es más agitado que el del agua circundante.

Cómo escapar de la atracción de una corriente de resaca

- Relájese y flote hasta que termine la corriente: las corrientes de resaca más largas se extienden solo unos cientos de pies desde la zona de surf y se debilitan a medida que se alejan de la costa.
- Nunca intente nadar contra la corriente saliente, ya que probablemente se cansará rápidamente. • Una vez que se haya "liberado" de la fuerza de una corriente de resaca, nade en paralelo a la orilla hasta que esté bien alejado de la corriente. Solo entonces debería Comienzas a nadar hacia la orilla.
- A veces la corriente se debilita lo suficiente y/o regresa a la costa mientras estás flotando para permitirte nadar. De vuelta a la playa.



Figura C2.5



Figura C2.6

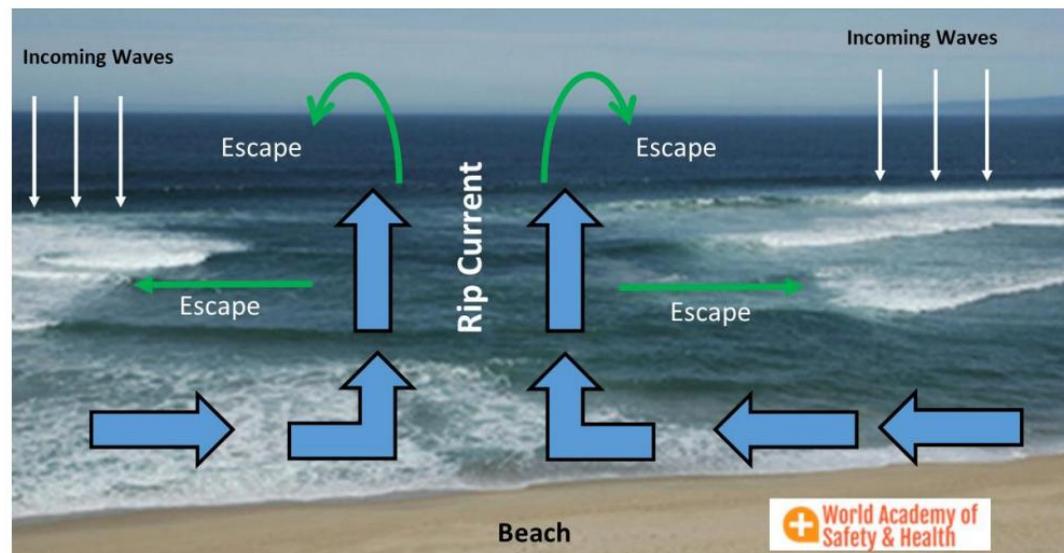


Figura C2.7

## Corriente de litoral

Cuando una ola llega a la playa, se libera una enorme cantidad de energía que, a su vez, crea una corriente que fluye a lo largo o en paralelo a la costa dentro de la zona de rompientes. Esta corriente que se mueve a lo largo de la costa se llama una corriente litoral.

La velocidad de una corriente litoral está influenciada por varios factores, todos ellos relacionados con la ola original que llega a la costa (es decir, la velocidad de la ola entrante, el ángulo de la ola entrante y la pendiente del fondo del océano que conduce a la playa). Por ejemplo, cuanto más pronunciado sea el ángulo de la ola rompiente o más inclinado el fondo del océano, la corriente litoral resultante viajará con mayor velocidad.

Una ola rompe y sube por la playa y luego comienza a retroceder hasta el agua. Las corrientes litorales se desplazan hacia la playa y luego se alejan de ella como una "capa" de agua que arrastra arena y otros desechos de la playa y puede provocar erosión de la playa. Este movimiento de arena, desechos y otros sedimentos se conoce como deriva litoral.

## Acción de emergencia 3<sup>Plan</sup> (EAP) – Capítulo

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

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

El PAE debe publicarse, ser de fácil acceso y colocarse en lugares visibles para que los socorristas lo vean. Un PAE bien diseñado establece, específicamente, lo que cada miembro del personal debe hacer, cuándo debe hacerlo y exactamente cómo hacerlo, describiendo los procedimientos exactos.

La activación del EAP debe ocurrir cada vez que se produzca una emergencia y/o un socorrista 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 acuática o terrestre.

Los EAP están diseñados específicamente para cada instalación y su distribución, personal, equipamiento, nivel de formación y demás características particulares. Rara vez hay dos EAP exactamente iguales, aunque muchos tendrán protocolos superpuestos.

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

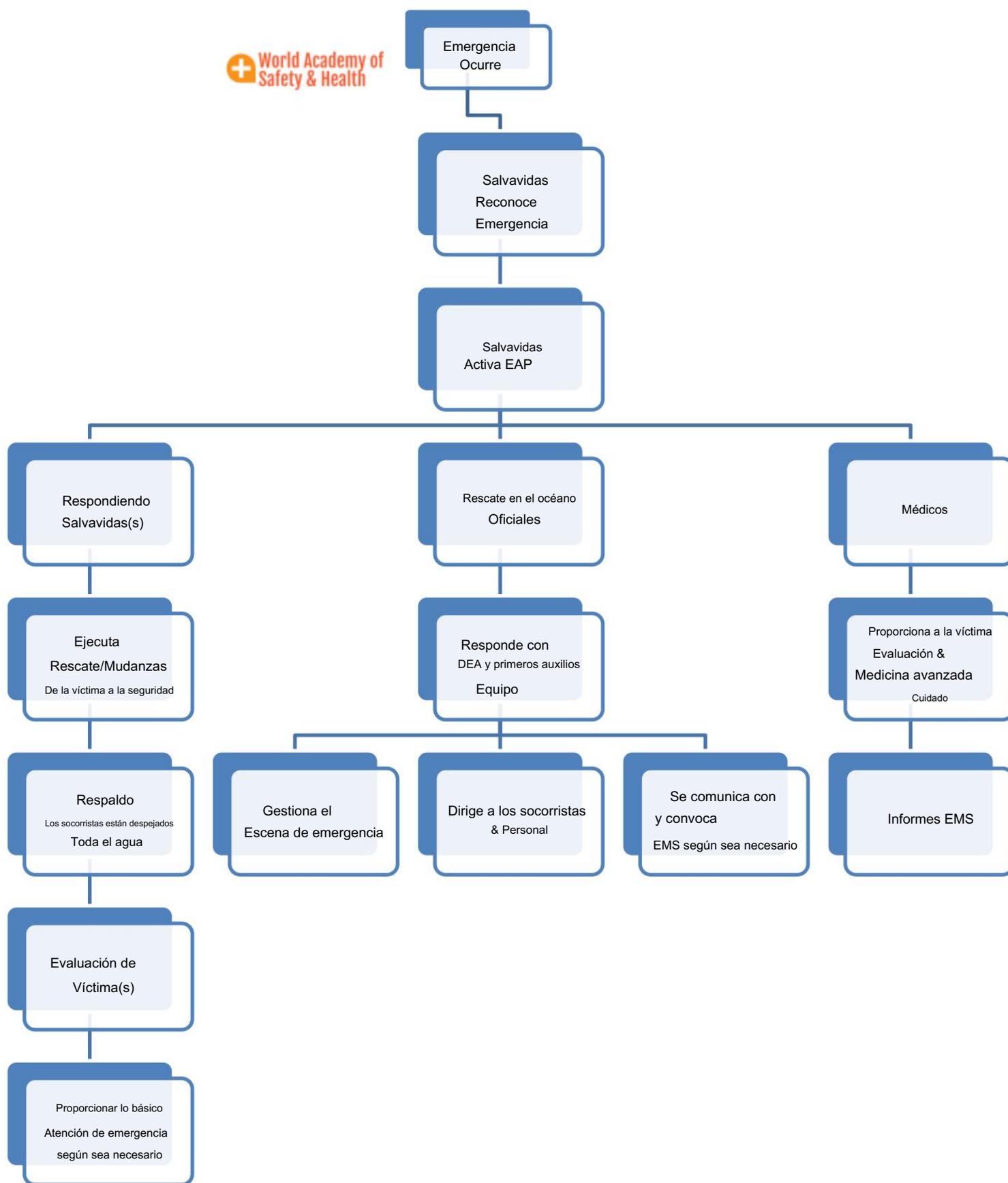
Es aconsejable que la capacitación se coordine con el SEM local para garantizar una respuesta bien pensada, médicamente sólida y sin problemas durante una emergencia.

Este tipo de capacitación debe realizarse, como mínimo, una vez al mes para todo el personal.

La comunicación y la coordinación eficaces son fundamentales para la eficacia y la calidad generales del EAP y, a su vez, para el resultado para la(s) víctima(s). En muchas jurisdicciones, el EAP es un requisito del departamento de salud y, cuando se inspecciona el establecimiento, se examina.

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

Ejemplo de plan de acción de emergencia (EAP) de Surf Beach



## Salvavidas preventivo – Capítulo 4

Cada organización de salvavidas debe decidir entre salvavidas preventivo y salvavidas reactivo.

La vigilancia preventiva es una serie de técnicas que se utilizan para evitar que se produzcan accidentes, rescates y otros incidentes de emergencia. Requiere que el socorrista vigile continuamente a los nadadores durante todo su turno y detenga las conductas que podrían provocar un incidente de emergencia.

El socorrismo reactivo es más similar al de la mayoría de los servicios de emergencia y de primeros auxilios en el sentido de que los socorristas no vigilan constantemente la playa ni a los bañistas. En cambio, los socorristas no están asignados a una zona de baño o playa específica, sino que realizan patrullas itinerantes por toda la costa. En este caso, los socorristas responden a una llamada de emergencia en lugar de trabajar para prevenirla.

### Vigilancia

Los socorristas en entornos de aguas abiertas pueden utilizar una variedad de métodos para vigilar a los usuarios. También se realiza desde muchos puntos estratégicos según las condiciones ambientales, la disposición de la zona de natación, el nivel de capacitación de los socorristas, y equipo disponible.

El método más tradicional para vigilar a los nadadores es desde una estación o silla elevada para salvavidas. En algunos lugares, hay un salvavidas asignado a cada silla, mientras que en otros, hay dos salvavidas asignados a cada silla.

Otros métodos ampliamente utilizados de vigilancia de clientes incluyen: el uso de una plataforma elevada en el agua ubicada entre los nadadores o detrás de los nadadores; cobertura de drones; despliegue de paneles de rescate; embarcaciones patrulleras.

Escaneo y reconocimiento de víctimas No todas las

víctimas de ahogamiento muestran los mismos comportamientos. En términos generales, una víctima:

- no puede avanzar en el agua; utiliza todos los movimientos para intentar tomar aire. • tiene ambos brazos extendidos hacia los costados y al mismo tiempo golpea el agua con ambas manos o empuja hacia abajo en el agua tratando de sostenerse y mantenerse a flote.
- está en posición vertical en el agua con una patada ineficaz o nula o,
- está en posición horizontal en el agua con la cara hacia abajo en el agua.

Las víctimas de ahogamiento pueden estar en posición vertical en el agua con la cabeza inclinada hacia atrás y la cara mirando hacia el cielo, o la víctima horizontal puede tener la cabeza boca abajo en el agua. En ambos casos, la víctima, por lo general, no puede gritar ni hacer señas para pedir ayuda. Sin ayuda, la víctima acabará sumergiéndose y podría seguir luchando para salir a la superficie. La lucha cesará cuando la víctima se vuelva pasiva e inconsciente bajo la superficie del agua. Es posible que algunas víctimas nunca muestren resistencia y, en cambio, se deslicen bajo el agua y comiencen el proceso de ahogamiento; esto suele ser más difícil de identificar que la víctima en la superficie del agua.

El socorrista debe estar atento a lo

siguiente: • Cabeza baja en el agua: la cara y la boca de la víctima pueden sumergirse y volver a salir a la superficie repetidamente mientras lucha por respirar y cada vez que jadea, puede inhalar 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 que no pueda hacer esto puede requerir asistencia.

- Brazada baja: un nadador fuerte o saludable puede sacar fácilmente los codos del agua con cada brazada. Un nadador que arrastra los codos en el agua es una señal de que puede necesitar ayuda. • Patada baja o nula: un nadador fuerte o saludable mantiene una patada fuerte de sus piernas. No patea y/o no patea.

La ruptura de la superficie del agua con una patada es una señal de que puede necesitar ayuda. A menudo, la víctima está más vertical que horizontal en el agua cuando hay una patada ineficaz.

Por lo general, un nadador muestra una cabeza baja en el agua, una brazada baja y poca o ninguna patada al mismo tiempo.

Otros signos de angustia en el agua incluyen:

- Cabello en los ojos: para la mayoría de los nadadores, retirarse el cabello mojado de la cara y los ojos es un comportamiento instintivo. Cuando un nadador no intenta hacerlo, debe interpretarse 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, comienza a golpear rápidamente la superficie del agua o a golpear el agua con ambos brazos con ambas manos al mismo tiempo. Cuando un socorrista observa este tipo de comportamiento, debe responder de inmediato.
- "Subir la escalera": cuando un nadador lucha por mantener la cabeza fuera del agua y comienza a entrar en pánico, comienza a arrastrarse 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.
- "Radios de bicicleta": un nadador en apuros, reconocido por sus compañeros de baño, con el nadador en apuros en el medio y los demás bañistas que se acercan a él desde todos los lados para brindarle ayuda parecen una rueda de bicicleta con los buenos samaritanos como radios y el nadador en apuros en el centro de la rueda.
- Movimiento de manos: un nadador que puede estar cansado pero que aún no está en pánico o en extrema necesidad de ayuda puede mover sus manos para pedir ayuda a un salvavidas.
- Comportamiento o actividad inusual y/o errático: cualquier comportamiento y/o actividad exhibida por el/los nadador(es) que parezca inusual o errático debe ser examinada con mayor detenimiento para determinar si se requiere la intervención de un salvavidas.

No siempre se trata de una progresión lineal desde un nadador en apuros hasta el ahogamiento.

Existen situaciones en las que una víctima nunca presenta signos o síntomas de angustia, sino que puede estar ya sumergida en el agua y, por lo tanto, el socorrista nunca ve los signos de angustia.

## Peligros

Cada lugar presenta características únicas que son o podrían convertirse fácilmente en peligros para los bañistas y otros bañistas. Estos peligros pueden ocurrir de manera natural y ser resultado del medio ambiente o pueden ser peligros creados por el hombre. Algunos ejemplos incluyen:

Rocas y embarcaderos	Muelles	Condiciones severas del agua
Muelles	Vida marina	Resaca
Desagües pluviales	Desniveles y barrancos	Salpicaduras excesivas
Arrecifes	Corrientes de resaca	Ola derriba a una persona
Bancos de arena	Lluctuaciones de temperatura	Niños desatendidos
Pobre nadador	Acción de surf/olas	Bordes de la multitud de natación

Independientemente del peligro presente, es importante que el salvavidas reconozca las características; comprenda cómo las características son o pueden ser un peligro; mantenga la vigilancia en la vigilancia de los usuarios y las acciones preventivas para mantener a los nadadores y bañistas alejados del peligro; y comprenda cómo ejecutar un rescate de manera más efectiva en y/o cerca del peligro en cuestión.

La zona de baño en una instalación costera debe estar marcada con un límite distintivo alrededor de esta zona de baño. Esto permitirá lo siguiente:

- Mantenga los posibles peligros para los bañistas fuera del área, es decir, barcos, kayaks, motos de agua, etc.
- Mantener a los bañistas en el área para que los salvavidas puedan escanear y vigilar más fácilmente a los clientes, así como comunicarse más fácilmente con los bañistas.
- Permitir la ubicación estratégica de los salvavidas para garantizar que se pueda mantener una vigilancia eficaz de los usuarios.
- Permitir que la administración monitoree el área de natación para detectar peligros submarinos.



Using a marked buoy line to set a distinct swimming area. This helps lifeguards with swimmer surveillance and also keeps the area free of vessel traffic—motorized and non motorized.

## Peligros submarinos

La zona de natación debe inspeccionarse, al menos, diariamente y antes de abrirla a los nadadores para detectar peligros bajo el agua. Estos peligros deben eliminarse de inmediato. Si no es posible eliminar el peligro de inmediato, el socorrista debe comunicarse con la administración para que se pueda cerrar el área o marcar el objeto por encima de la línea de flotación para que los socorristas puedan mantener a los clientes alejados de esa área hasta que se elimine el peligro. La decisión de cerrar el área o marcar el peligro es una decisión basada en las circunstancias únicas de la instalación y debe tomarse teniendo como prioridad número uno la seguridad de los clientes. Si los clientes no pueden usar de manera segura alguna parte del área de natación sin que se elimine el peligro, entonces el área debe cerrarse hasta que se saque el objeto del agua.

## Muelles y embarcaderos

Los muelles y embarcaderos flotantes y fijos son estructuras comunes en las instalaciones frente a la playa. A menudo, estas estructuras se utilizan para otras actividades recreativas además de la natación, como la pesca, el alquiler de canoas o botes a pedales o incluso el tráfico de embarcaciones que se acercan a la zona. Es fundamental que haya una zona de seguridad claramente marcada alrededor de estas estructuras para mantener alejados a los bañistas.

Si el muelle o embarcadero incluye algún elemento como un tobogán o un trampolín, se debe evitar el tráfico de embarcaciones y la zona de alquiler de motos acuáticas, kayaks, tablas de windsurf o kitesurf debe estar al otro lado de la estructura. En casos como estos, debe haber una zona de baño claramente marcada alrededor de la zona de aterrizaje del tobogán o trampolín.

Independientemente de si se permite nadar en el área o está estrictamente reservado para botes, kayaks y otras actividades, los salvavidas deben asignarse al área utilizando los mismos principios generales de asignación utilizados al ubicar a los salvavidas en el área de natación general.

## Condiciones ambientales

Los cambios en las condiciones ambientales a lo largo del día pueden tener un impacto dramático en las condiciones del agua en cualquier instalación costera o de aguas abiertas. Estas condiciones ambientales y su impacto posterior en las condiciones del agua deben controlarse de cerca durante todo el día. Si hay algún cambio en las condiciones del agua que haga que no sea seguro nadar, el área debe cerrarse hasta que las condiciones mejoren lo suficiente como para permitir nadar de manera segura.

El viento puede generar corrientes donde antes no existían o modificar las corrientes existentes. La lluvia también puede tener un impacto significativo en las condiciones del agua. Por ejemplo, las lluvias intensas pueden:

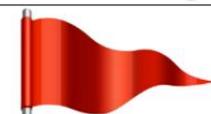
- Afecta negativamente la claridad del agua.
- Disminuir la temperatura del agua.
- Aumentar los niveles de agua, lo que a su vez puede afectar las corrientes de agua.
- Cambiar el contorno del fondo, lo que puede provocar cambios en la profundidad del agua y/o cambios en corrientes de agua

Sistema de banderas de advertencia para playas

Los sistemas de banderas de advertencia en las playas están diseñados para ayudar al público a evaluar los riesgos antes de entrar al agua. Independientemente de si hay sistemas de advertencia instalados o no, se debe alertar siempre a los bañistas y bañistas a que consulten con el socorrista antes de entrar al agua. Incluso los nadadores más experimentados o aquellos que se sientan familiarizados con el océano deben consultar con el socorrista sobre las condiciones actuales. Además, cada parte de la playa es diferente y, por lo tanto, presenta peligros únicos que pueden ser específicos de esa playa o región. El servicio de socorristas local tendrá la información más confiable, actualizada y detallada sobre el agua y las condiciones del océano.

Al igual que otros sistemas de comunicación, es importante que el sistema de banderas de advertencia de playa sea uniforme y estandarizado. La estandarización del sistema de banderas, en el que las banderas de distintos colores tienen el mismo significado en todos los lugares, contribuye a limitar la confusión pública y, por lo tanto, aumenta la seguridad pública en las playas.

El uso de sistemas de banderas de advertencia en las playas comenzó en el estado de Florida en 2005. En ese momento, se utilizaba como un método simple para advertir al público sobre el peligro o la probabilidad de corrientes de resaca. El riesgo de corrientes de resaca se determina mediante una combinación de la velocidad y la dirección del viento, los rangos de marea y las condiciones de oleaje localizadas. Para los socorristas, la herramienta más importante a su disposición son sus ojos. Observar el agua les permitirá evaluar rápidamente el comportamiento de la corriente.

	Es seguro nadar
	Precaución; Riesgos moderados; Peligro medio de fuerte Corrientes y/o oleaje fuerte
	Precaución extrema; riesgos altos; Alto riesgo de fuertes corrientes y/o fuertes olas
	Vida marina peligrosa presente
	Peligro extremo y natación Zona CERRADA
	Marca la zona de baño con socorristas
	Área de embarcaciones
	Agua sucia

The standard flag colors and meanings for beachgoers. This system should be used on all beaches to increase overall public safety.  
**FIGURE C.4.2**



A "Swimming Area" flag flying on a local beach. They should be attached to a 5-8 pole (PVC or wood) so that they are more easily seen from a distance on the beach. They should be placed deep enough each morning that they do not blow over and should be high enough up the beach so that the incoming tide does not wash away the sand in which they are posted.  
**FIGURE C.4.3**



## Rescates en el surf – Capítulo 5

Inmediatamente después de reconocer una emergencia de agua, el socorrista debe activar el Plan de Acción de Emergencia (EAP) de la instalación por cualquier medio que se describa en el plan; esto generalmente es mediante el uso de una señal de silbato específica reservada para este propósito.

El socorrista pasa inmediatamente a la fase de respuesta y evalúa rápidamente y decide si debe ejecutar una asistencia o indicar un rescate completo y entrar al agua para realizar el rescate acuático. En cualquiera de los casos, el socorrista se pone en contacto con la víctima, ejecuta la asistencia o el rescate y comienza a trasladar a la víctima de manera segura de regreso a la playa para sacarla del agua. Luego, el socorrista debe evaluar a la víctima y brindar cualquier atención de emergencia adicional necesaria.

Se debe completar un informe de rescate o incidente antes de liberar a la víctima.

### Ayuda

Las ayudas se utilizan para ayudar a un nadador cansado sin entrar al agua y/o para señalar un rescate acuático completo. Hay dos tipos de ayuda:

#### Asistencia de lanzamiento

El socorrista lanza una boya salvavidas a un nadador cansado. Esto se suele hacer desde una posición elevada, como un muelle, embarcadero, plataforma o embarcación. Pasos a seguir cuando se utiliza una boya salvavidas:

- Coloque la cuerda atada a la boya anular sobre una superficie plana y coloque el pie sobre esta cuerda. Esto garantiza que el socorrista tenga la capacidad de jalar a la víctima hacia la plataforma una vez que agarre el dispositivo de flotación que se lanza.
- El socorrista debe lanzar el dispositivo de flotación por encima de la cabeza de la víctima y más allá o detrás de ella. Esto garantiza que el dispositivo de flotación no quede fuera del alcance de la víctima. En cambio, cae detrás de la víctima, lo que permite al socorrista comenzar a tirar lentamente de la cuerda o línea de lanzamiento de manera controlada para llevar el dispositivo de flotación a la víctima.
- Una vez que la víctima tenga un agarre firme en el dispositivo de flotación, el salvavidas debe tirar lentamente de la cuerda de lanzamiento sin tirones bruscos de la cuerda hasta el borde de la plataforma.

#### Asistencia para alcanzar

El socorrista extiende un palo, un tubo o un bidón de rescate, o su mano o brazo hacia el nadador cansado. Esto se suele utilizar desde una posición elevada, como un muelle, un embarcadero, una plataforma o una embarcación. Pasos a seguir cuando se utiliza un dispositivo de ayuda para alcanzar al nadador:

- El salvavidas debe pararse en el borde de la plataforma, asegurándose de tener una base fuerte y con los pies separados al ancho de los hombros. El salvavidas debe desplazar su peso hacia atrás, alejándolo del borde de la plataforma para evitar que la víctima tire del poste de alcance y provoque que el salvavidas sea arrastrado al agua.
- Una vez que la víctima tenga un agarre firme en el poste de alcance, el salvavidas debe comenzar a usar el poste de manera lenta y controlada para tirar de la víctima hacia el costado de la plataforma.

## Entradas de agua

### Tablero de surf

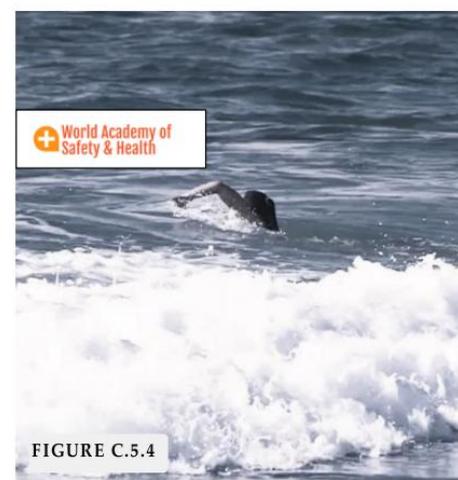
Esta entrada debe utilizarse cuando el socorrista ingresa al agua desde la playa. El socorrista siempre debe ingresar al agua "contra la corriente". En otras palabras, el socorrista debe aprovechar la corriente cuando ingresa y se acerca a una víctima, de modo que la corriente empuje al socorrista que lo rescata lateralmente (en paralelo a la costa) hacia la víctima durante el nado desde la playa.

El socorrista debe llevar el bote de rescate, sosteniéndolo en una mano junto con la cuerda de remolque y comenzar a correr hacia el agua. Se debe hacer un esfuerzo para doblar las rodillas y levantar los pies y las piernas fuera del agua para superar cada ola entrante; a esto se le suele llamar "rodillas altas". Esta técnica permite al socorrista moverse por la zona de rompientes lo más rápido posible y mitigar el efecto de las olas rompientes y el agua blanca.

Una vez que el socorrista llega a una profundidad en la que se le hace difícil o imposible sacar los pies y las piernas del agua para salvar las olas, entonces debe comenzar a lanzarse de cabeza sobre las olas entrantes. Esto suele ocurrir cuando el agua le llega hasta las rodillas o los muslos.

Para bucear eficazmente sobre las olas, el socorrista debe:

- Mantener los brazos y las manos extendidos sobre la cabeza para proteger la cabeza, el cuello y la cara de golpearse con la parte inferior. (FIGURA C.5.1 ).
- Una vez sobre la ola y debajo del agua, agarra el fondo arenoso con ambas manos, agarrando un puñado de arena en cada mano.
- Mueva ambos brazos hacia atrás a través de la columna de agua, arrojando los puñados de arena detrás de usted mientras, simultáneamente, restableciendo ambos pies en el fondo para poder impulsarse desde el fondo para la siguiente zambullida de cabeza sobre la siguiente ola entrante.
- Continúe este movimiento hasta alcanzar una profundidad en la que sea más efectivo y eficiente nadar hacia su víctima ( FIGURA C.5.2 ).
- Una vez que esté nadando, el socorrista debe lanzarse de cabeza ( FIGURA C.5.3 ) debajo de cada ola entrante y subir en el otro lado reanuda inmediatamente su brazada de natación ( FIGURA C.5.4 ).





Lifeguard is seen jumping from an elevated position keeping his/her feet down and the rescue is being worn and held in one hand..  
**FIGURE C.5.5**

Inmersión con los pies por delante en posición elevada

Esta entrada debe utilizarse cuando el socorrista debe ingresar al agua desde una posición elevada (). Esta entrada solo debe utilizarse cuando el socorrista esté seguro de que ingresará a aguas profundas y no existen peligros submarinos con los que pueda chocar al ingresar.

**FIGURA C.5.5**

Inmersión en superficie con la cabeza primero elevada

Esta entrada debe usarse cuando se ingresa al agua desde una plataforma y se usa más comúnmente cuando se ingresa desde una embarcación.

El socorrista debe llevar puesto el flotador de rescate y sujetarlo con una mano mientras permanece de pie en el borde de la plataforma. El socorrista debe usar una mano para impulsarse y alejarse de la plataforma mientras ingresa al agua de cabeza.

Esta entrada solo debe usarse en aguas más profundas y cuando el salvavidas que responde esté seguro de la profundidad del agua y de la ausencia de peligros submarinos.

## Acercamiento a la víctima

El socorrista siempre debe permitir que el tubo o bote de rescate se desplace detrás de él a medida que se acerca a la(s) víctima(s). Esto permitirá al socorrista elegir entre la brazada de crol y alcanzar a la víctima con la máxima velocidad de nado.

El socorrista debe mantener contacto visual con la víctima durante todo el proceso de aproximación a nado. Por lo tanto, el socorrista debe nadar con la cabeza erguida y fuera del agua (). Cuando el socorrista esté a una distancia de un brazo de la víctima, debe dejar de acercarse, extender la mano hacia atrás y agarrar el cabo de remolque del bote salvavidas; tirar del bote salvavidas hacia sí mismo; y entregar el bote salvavidas a la víctima, manteniéndose siempre entre él y la víctima.

**FIGURA C.5.6**

Lifeguard uses front crawl stroke to approach a victim and keeps her head out of the water in order to maintain constant visual contact with the victim.  
**FIGURE C.5.6**



## Rescates acuáticos

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

### Tubo de rescate y bidón de rescate

El salvavidas debe llevar siempre encima el tubo de rescate cuando esté de servicio y sea responsable de responder a una emergencia. Para llevar correctamente un tubo de rescate o un bote de rescate, el salvavidas debe colocar 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 diversos materiales flotantes, siendo el más común la espuma densa de celda cerrada

Los tubos de rescate y los botes 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 socorrista y la víctima para evitar que el socorrista sea atrapado por una persona en pánico.  
víctima

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

Recuerde siempre que es de vital importancia que el socorrista active el EAP antes de ingresar al agua para ejecutar un rescate y/o hacer contacto con alguna víctima.

### Contacto y control

En términos generales, cuando un socorrista contacta a una víctima, el tubo de rescate o la lata de rescate proporciona un cierto nivel de comodidad.

a una víctima y puede ayudar a mitigar los comportamientos de una víctima en pánico. Es importante que el socorrista lo proteja.

o ella misma de una víctima en pánico: el tubo de rescate o el bote de rescate siempre deben mantenerse entre el socorrista y el víctima y se utiliza como barrera para ayudar a evitar que una víctima en pánico pueda agarrarse de un salvavidas que se acerca.

Si una víctima puede alcanzar y agarrar a un salvavidas, el tubo debe ser retirado inmediatamente de la cabeza y el brazo del salvavidas, empujado hacia la víctima, y el salvavidas debe nadar lejos de la víctima en pánico.

con la víctima en pánico la mantendrá a flote hasta que el socorrista pueda volver a acercarse y contactar a la víctima de manera segura.

## Procedimiento y cobertura de rescate

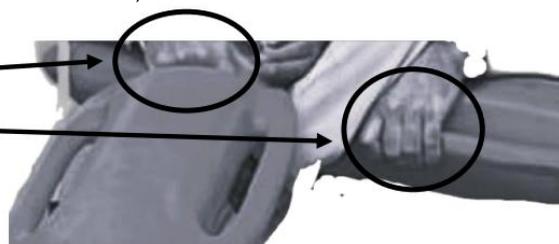
1. El salvavidas reconoce a la(s) víctima(s), le quita el exceso de ropa y le coloca el tubo o la correa del bote de rescate sobre su cuerpo, cabeza y un brazo.
2. Active el EAP con 6 o más pitidos cortos, a los que se suele denominar "pitidos cortos", y los pitidos no deben detenerse hasta que el socorrista entre al agua. Este debería ser el sonido universal de un rescate acuático activo.
3. El socorrista ingresa al agua utilizando el "Surf Dash" como se describió anteriormente y se acercó a la víctima mientras manteniendo contacto visual con la víctima.
4. El punto de entrada de agua se determina evaluando rápidamente la dirección y la fuerza del agua predominante, corriente/movimiento.
5. Los salvavidas en ambos lados adyacentes del rescate cubrirán o permanecerán de pie sobre las estaciones/sillas.
6. Es posible que un socorrista de cobertura tenga que escanear el agua del o los socorristas que lo rescatan.
7. El socorrista llega a la víctima.

Una vez que el socorrista llega a la víctima y pasa el tubo de rescate o el bote de rescate, el socorrista tendrá dos opciones:

1. Si la víctima está consciente y puede mantener el tubo o la lata de rescate agarrados, el socorrista:
  - a. Pase la lata o tubo de rescate a la víctima y dígame que lo sostenga firmemente con ambas manos y que lo ayude a patear si puede hacerlo.
  - b. Girar sobre su espalda de modo que quede de frente a la víctima y comenzar a nadar de espaldas hacia la orilla.
2. Si la víctima está inconsciente; el salvavidas no puede nadar con la víctima hasta la orilla; o la víctima no puede mantener el agarre del tubo de rescate o del bote de rescate, el socorrista:
  - a. Si el socorrista utiliza un dispositivo de rescate, puede:
    1. Coloque el bote de rescate en diagonal frente a la víctima; el socorrista coloca sus brazos debajo de los brazos de la víctima; El socorrista colocará a la víctima entre él/ella y el bote de rescate; los brazos de la víctima descansarán libremente sobre el bote de rescate.
    2. Señal para que haya socorristas de respaldo.
    3. El socorrista principal mantendrá su lata de rescate agarrada con una mano y agarrará la del socorrista secundario. El rescate puede manejarse con la otra mano (FIGURA C.5.7).
    4. El salvavidas secundario comenzará a nadar junto al salvavidas primario y la víctima hasta la orilla.
    5. A medida que llegan salvavidas adicionales para ayudar, cada uno entregará su lata de rescate al salvavidas que respondió anteriormente en la "cadena" y se dará vuelta para comenzar a nadar hacia la orilla.
    6. Todos los socorristas de respaldo deben sostener el mango de la lata del socorrista frente a él/ella con una mano y usando la otra mano para ayudar a nadar de lado hacia la orilla.

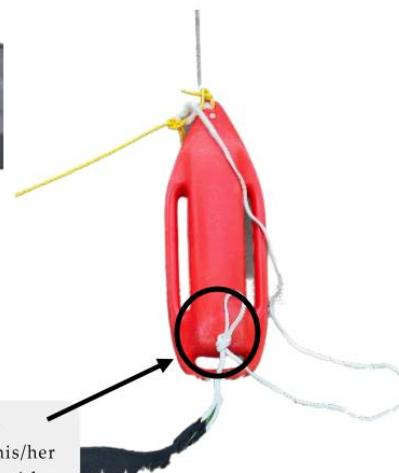
Tenga en cuenta que si un socorrista no tiene los brazos lo suficientemente largos o no tiene la fuerza para mantener el agarre del asa de rescate del socorrista secundario, el líder del servicio de socorristas debe considerar atar lazos en todas las líneas de remolque de las latas de rescate. Esto permitirá que los socorristas deslicen su mano a través del lazo, lo coloquen alrededor de su muñeca y sostengan la línea de remolque en la palma de su mano.

Primary lifeguard holds rescue with one hand across the front of the victim and grasps the handle of the back-up lifeguard's rescue can during a 'chain' rescue.  
FIGURE C.5.7



Victim grasping rescue tube as the Lifeguard uses the backstroke to return the victim to the shoreline.  
FIGURE C.5.8

Loop tied in the rescue can towline for a lifeguard during a 'chain' rescue to slip his/her hand and wrist to maintain a connection with his/her back-up lifeguard.  
FIGURE C.5.9

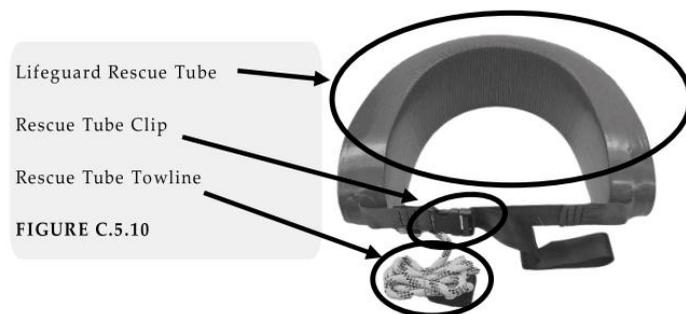


b.

Si el salvavidas utiliza un tubo de rescate:

1. Coloque el tubo de rescate directamente sobre el frente de la víctima; cierre el tubo de rescate ( ) de manera que forme un círculo alrededor del torso de la víctima; el salvavidas coloca ambos brazos debajo de las axilas de la víctima de manera que sus codos descansen en las axilas de la víctima; el salvavidas coloca ambas manos sobre los hombros de la víctima.
2. Señal para que haya socorristas de respaldo.
3. El salvavidas principal mantendrá agarrada a la víctima en el tubo de rescate y el salvavidas de respaldo le entregará al salvavidas principal el lazo de remolque de su tubo de rescate.
4. El socorrista principal pasará su brazo y muñeca a través del lazo y sostendrá la cuerda de remolque en la palma de su mano.
5. El salvavidas secundario comenzará a nadar junto al salvavidas principal y la víctima hasta la orilla.
6. A medida que lleguen socorristas de respaldo adicionales para ayudar, cada uno entregará su lazo de remolque del tubo de rescate al socorrista que respondió anteriormente en la "cadena" ( ) y se dará vuelta para comenzar a nadar hacia la costa.
7. Todos los salvavidas de respaldo deben sujetar el lazo de remolque del tubo de rescate del salvavidas frente a él/ella con una mano y usando la otra para ayudar a nadar de lado hasta la orilla.

FIGURA C.5.11



Rescue tube clipped around victim.  
FIGURE C.5.11



Lifeguard Chain Rescue  
FIGURE C.5.12



#### Víctimas múltiples Este

tipo de rescate involucra a 2 o más víctimas de ahogamiento al mismo tiempo. Las víctimas pueden ser cualquier combinación de nadadores pasivos, activos o, simplemente, un nadador angustiado o cansado.

La mejor respuesta en caso de múltiples víctimas es que entre al agua al menos un socorrista por cada víctima. Sin embargo, esto no es siempre posible. Cuando hay más víctimas que socorristas para realizar un rescate, el socorrista o socorristas que responden, utilizando la mayor cantidad de la técnica de entrada y rescate adecuada a las circunstancias deberá:

- Activar EAP.
- Ayudar a la víctima que se encuentre en mayor peligro. En otras palabras, el socorrista evaluará rápidamente y decidirá cuál de las víctimas necesita atención primero.
- Realizar el rescate a la víctima que más lo necesite.

Si todas las víctimas están activas, el socorrista debe:

- Asegure a la primera víctima y luego nade, con la primera víctima, hacia la segunda víctima.
- Ayude a la segunda víctima a agarrar el tubo de rescate o las asas del bote de rescate. Si utiliza un tubo de rescate, se le debe indicar a la segunda víctima que rodee con sus brazos y piernas a la víctima n.º 1.
- Señal para que haya socorristas de respaldo que ayuden a llevar a las víctimas a la costa (si está disponible, se debe desplegar un socorrista con una boya de línea)

Una víctima pasiva, el socorrista debe:

- El socorrista asegura primero a la víctima pasiva en el tubo o bote de rescate.
- Si la víctima no responde, el salvavidas verifica que no respire y, si no respira, le proporciona respiración boca a boca de inmediato.
- Hacer una señal a los socorristas de respaldo para que ayuden a llevar a la víctima pasiva a la orilla (si está disponible, se debe desplegar una tabla de rescate o un kayak si la víctima no tiene pulso).
- Si la víctima responde y/o no responde pero respira, el salvavidas debe asegurar a la víctima en el tubo o bote de rescate, hacer una señal para llamar a los salvavidas de respaldo y nadar hasta la siguiente víctima.

## Víctima sumergida

Se debe utilizar el siguiente procedimiento cuando una víctima sumergida es vista fácilmente desde la superficie del agua por el(los) salvavidas que responden y/o el puesto asignado al salvavidas desde la costa:

- Activar EAP.
- El salvavidas se acerca a la víctima usando el crol o la braza, manteniendo el tubo de rescate alto y ajustado 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 a medida que se acerca a la posición bajo el agua de la víctima.
- El salvavidas deberá realizar una inmersión con los pies o la cabeza primero para alcanzar a la víctima en la columna de agua o en el fondo de la piscina.
- El salvavidas deberá colocar un brazo debajo de una de las axilas de la víctima desde atrás, de modo que la espalda de la víctima quede alineada con el pecho del salvavidas y el brazo del salvavidas pueda llegar a través del frente del pecho de la víctima.
- El socorrista puede optar por impulsarse con los pies y/o comenzar a patear para impulsar a la víctima y 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 a la víctima y al rescatador a la superficie del agua.
- El socorrista deberá comenzar simultáneamente a alcanzar la cuerda de remolque del tubo de rescate con la mano de su brazo libre. Una vez que la cuerda de remolque esté en la mano, el socorrista deberá comenzar a pasarla a su mano que está cruzada sobre el pecho de la víctima.
- El salvavidas deberá deslizar el tubo de rescate entre la espalda de la víctima justo debajo de la línea de sus hombros y el Pecho de salvavidas.
- El socorrista deberá apoyar a la víctima hacia atrás en el tubo (tal como se hizo para una víctima pasiva en el agua) superficie).
- El salvavidas deberá abrir y mantener una vía aérea y proporcionar ventilación dentro del agua (que se analiza en detalle más adelante en el capítulo) si es necesario.

Capítulo 8 – Buscar y Rescate Analiza y describe los procedimientos para víctimas sumergidas que no son vistas inmediatamente y fácilmente desde la superficie del agua por los salvavidas que responden.

## Junta de Rescate Rescata

Las tablas de rescate son equipos comunes que utilizan habitualmente los socorristas en las instalaciones costeras. Tienen un aspecto similar al de una tabla de surf y están hechas de distintos materiales. Algunas tablas de rescate están compuestas exclusivamente de espuma de alta densidad, mientras que otras tienen un núcleo de plástico o fibra de vidrio que luego tiene una cubierta exterior de espuma de alta densidad o caucho.

Hay otras funciones que se pueden agregar o quitar de una placa durante la producción. Por ejemplo:

- aletas de distintos tamaños en la parte inferior • dos
- asas en la parte superior, mientras que algunas tienen asas en toda la longitud de la parte superior • rodilleras de espuma en la parte superior

Además, las tablas pueden variar tanto en tamaño como en forma, lo que puede tener un impacto dramático en la forma en que la tabla funciona en el agua.

Las tablas de rescate permiten al socorrista:

- Llegar a las víctimas que se encuentran lejos de la orilla es mucho más rápido que nadando hacia ellas.
- Realizar la vigilancia de los clientes desde un punto de vista diferente, es decir, en el agua detrás de los nadadores.  
Esto también permite que el socorrista esté mucho más cerca de los nadadores en caso de una emergencia.
- Rescatar a víctimas de mayor tamaño que de otra manera podrían requerir de varios salvavidas para llevarlas a la orilla.
- Rescatar eficazmente a una víctima pasiva que se encuentre a distancia de la orilla.
- Rescatar a varias víctimas a la vez.
- Realizar evaluaciones de una víctima dentro del agua.

### Ejecución del rescate de víctimas con la Junta de Rescate

- El rescatador puede utilizar la tabla de rescate remando boca abajo, es decir, acostado boca abajo mientras da brazadas en el agua con ambos brazos simultáneamente o con un brazo seguido del otro, de manera similar a la brazada de crol. O bien, el rescatador puede arrodillarse sobre la tabla con su peso centrado y, mientras se inclina hacia adelante y hacia abajo, extender ambos brazos dentro del agua para dar brazadas simultáneamente.
- A medida que el rescatador se acerca a la víctima, debe salir de la tabla de rescate agarrándose de la junta.
- El rescatista debe posicionarse sobre el lado largo de la tabla, girar la tabla boca abajo en el agua y aproximarse a la víctima empujando la tabla hacia ella y manteniéndola entre él y ella.

### VÍCTIMA ACTIVA:

- El rescatador debe pedirle a la víctima que extienda un brazo; el rescatador debe agarrar la muñeca del brazo extendido de la víctima para ayudar a colocarlo sobre el cuerpo. La junta de rescate.
  - El rescatador mantendrá a la víctima en la tabla agarrando continuamente la muñeca de la víctima contra el borde lateral de la tabla.
  - El rescatador ganará influencia con su patada debajo del agua para poder voltear la tabla de rescate hacia arriba en el agua mientras continúa sosteniendo la muñeca de la víctima contra la tabla para que la víctima termine boca abajo sobre la tabla.
  - El rescatador debe agarrar a la víctima por el traje de baño y/o la cintura (o la cadera si es necesario) para tirar de la parte inferior de la víctima. cuerpo sobre el tablero.
  - El rescatista puede: nadar de lado hacia la orilla mientras sostiene la tabla de rescate con la otra mano; usar una patada de pecho mientras empuja la tabla de rescate con ambas manos desde atrás hacia la orilla; colocarse sobre la tabla de rescate posicionando su pecho entre las piernas de la víctima y remar con ambas manos hacia la orilla.
- A una víctima activa se le puede pedir ayuda para remar en cualquiera de estos escenarios.

Lifeguard rescue board with side handles, foam topper, bottom skeg. FIGURE C.5.13



VÍCTIMA PASIVA:

- El rescatador agarra una de las muñecas de la víctima y la coloca sobre la tabla de rescate mientras tira del pecho de la víctima hacia el tablero de rescate lo más lejos posible.
- El rescatador mantendrá a la víctima en la tabla agarrando continuamente la muñeca de la víctima contra el borde lateral de la tabla.
- El rescatador ganará influencia con su patada debajo del agua para poder voltear la tabla de rescate hacia arriba en el agua mientras continúa sosteniendo la muñeca de la víctima contra la tabla para que la víctima termine boca abajo sobre la tabla.
- La cabeza y la cara de la víctima deben estar posicionadas sobre la tabla de rescate de manera que no entre agua.
- El rescatador debe agarrar a la víctima por el traje de baño y/o la cintura (o la cadera si es necesario) para tirar de la parte inferior de la víctima. cuerpo sobre el tablero.
- El rescatador se coloca en la tabla de rescate posicionando su pecho entre las piernas de la víctima y remar con ambas manos hacia la orilla.



Lifeguard makes a water entry on the rescue board to begin his approach to a possible in-water victim.  
**FIGURE C.5.14**



**FIGURE C.5.15**

Rescates de telefonía fija

Este tipo de rescate implica lo que a menudo se denomina una "boya de línea". Es una boya de rescate unida a una línea marina (de 600 a 800 pies o 182,88 a 243,84 metros de longitud y de 0,25 a 0,50 pulgadas o 0,64 a 1,27 cm de diámetro) y esta línea se fija a un punto fijo en la playa.

Normalmente, los socorristas utilizan uno de tres tipos de configuraciones de línea fija. La primera opción es más tradicional y consiste en un carrete de sedal marino que se puede soltar libremente cuando el socorrista entra al agua. Un extremo del sedal se sujeta al carrete y el otro extremo se sujeta a la boya del sedal, como se muestra en la figura. La segunda opción es una bolsa de rescate ( ). El sedal se encuentra dentro de la bolsa y el socorrista en la playa mantiene el control de la bolsa mientras el otro extremo se conecta a la boya del sedal.

La tercera opción es enrollar la cuerda en el cabrestante de un vehículo motorizado. En este caso, la cuerda se suelta mecánicamente cuando el socorrista entra al agua y se puede enrollar mecánicamente para devolver al socorrista y a la víctima a la playa.

Una vez que el socorrista llega a la víctima con la boya de línea, tiene Dos opciones:

- 1.) Pasar la lata de rescate a la víctima para que la coloque
  - El salvavidas puede colocarse en diagonal frente a la víctima; el salvavidas coloca sus brazos debajo de los brazos de la víctima; el salvavidas colocará a la víctima entre él y el salvavidas; los brazos de la víctima descansarán libremente sobre el salvavidas
- 2.) Pásele el bote o tubo de rescate a la víctima y dígame que lo sostenga firmemente con ambas manos y ayudarlo a patear si puede hacerlo.

En cualquiera de los casos anteriores, una vez que la víctima tenga agarrada la lata de rescate, el socorrista hará una señal a los socorristas en la playa para que comiencen a tirar de la cuerda de regreso a la orilla ( ). Si es posible, el socorrista y la víctima deben ayudar a los que tiran de la cuerda pateando.

Landline system used for rescues which may require rescuer to swim long distances and/or to swim in very rough and unfavorably dangerous conditions.

FIGURE C.5.16



Rescue throw bag which can be used instead of a landline for areas in which rescues will require shorter swims. This throw bag also tends to be more portable than the landline system.

FIGURE C.5.17



Lifeguard pulls the landline back to the beach with both the swimming lifeguard and victim(s) attached to the other end of the line.

FIGURE C.5.18

## Rescue Kayak

Los kayaks que se utilicen para socorristas y/o rescates deben tener una longitud de 10 a 12 pies (3,05 a 3,66 metros), estar abiertos por arriba y pesar entre 40 y 50 libras (18,14 a 22,68 kg). Los kayaks se pueden utilizar para patrullaje acuático, una posición más ventajosa para la vigilancia y el escaneo de los usuarios, o para actividades acuáticas. rescues.

### Posicionamiento en el Kayak de Rescate

Para maniobrar el kayak con seguridad, el socorrista debe:

- Siéntese derecho en el kayak con los hombros rectos.
- Sujete el remo a la altura de los hombros y del cuello hasta la barbilla. •

Inclínese hacia atrás a través de las olas entrantes mientras sostiene el remo al nivel de su cabeza o por encima de él.

- Inclínese hacia adelante con los pies asegurados en los espacios correspondientes y reme una vez que pase una ola y se encuentre dentro del período de calma.

### Navegación del kayak de rescate •

Botadura: arrastre el kayak hasta el agua hasta los tobillos o las rodillas; coloque las manos en cada lado del kayak; siéntese en el kayak; agarre inmediatamente el remo y comience a remar.

- Remar: empujar el agua con un lado del remo mientras se tira del agua con el otro lado del remo. Lo ideal es que aproximadamente será 60% empuje y 40% tracción.
- Giro: utilice una palada hacia atrás en el lado o la dirección en la que desea girar el kayak. A continuación, realice una palada hacia adelante en el lado o la dirección opuestas a los que desea girar el kayak.
- Parada: utilice una brazada de espalda alternando los lados del remo; salte del kayak con los pies primero.
- Al acercarse a la víctima: mantenga siempre contacto visual con la víctima; el rescatador y la víctima deben estar uno frente al otro; asegúrese de que la víctima esté en un lado del kayak.

El kayak debe mantenerse siempre en un ángulo de 45 grados con respecto a las olas cuando se desplaza por la zona de impacto o de rompientes. El socorrista también debe asegurarse de que se alcance la velocidad máxima antes de intentar desplazarse por las olas o el oleaje entrantes.

### Realizando rescate de víctimas con kayak

#### VÍCTIMA ACTIVA:

- El rescatador se acerca de frente a la víctima y la mantiene a un lado del kayak. • El rescatador se sienta a horcajadas sobre el kayak con sus piernas mientras permanece sentado en la parte superior del mismo.
- El rescatista ayuda a la víctima a colocar ambos brazos/manos encima y a través del kayak.
- El rescatador le indica a la víctima que patee con sus piernas mientras tira de la víctima por los brazos, los hombros y la cintura hacia el kayak.
- El rescatador tira de las piernas de la víctima hacia el kayak de modo que la víctima esté boca abajo y su cabeza esté cerca de la proa y sus pies cerca de la popa. El salvador.
- Si el rescatador no puede maniobrar a la víctima para subirla al kayak utilizando el método descrito anteriormente:
  - El rescatador debe maniobrar el kayak de manera que la víctima pueda agarrar la proa.
  - El rescatador le indica a la víctima que sujete el arco firmemente con ambas manos.
  - El rescatador intenta devolver a la víctima a la playa u otra zona segura.

#### VÍCTIMA PASIVA:

- El rescatador se acerca de frente a la víctima y la mantiene a un lado del kayak. • El rescatador debe salir del kayak por el lado más cercano a la víctima.
- El rescatista, al salir del kayak, debe sujetarlo con una mano y girarlo boca abajo mientras sale.
- El rescatador agarra la muñeca de la víctima y la tira hacia el kayak. • El rescatador coloca los brazos de la víctima sobre la parte superior del kayak.
- El rescatador sube a la parte superior del kayak volcado mientras mantiene agarrados ambos brazos de la víctima para asegurarse de que permanezcan cubiertos. por encima del kayak.
- El rescatador sale del kayak por el lado opuesto de la víctima mientras, simultáneamente, hace rodar el kayak hasta la posición vertical. ganar influencia con su patada debajo del agua para que le sea más fácil poner el kayak en posición vertical.
- El rescatista sube a bordo del kayak.
- El rescatador se sienta a horcajadas sobre el kayak y mueve las piernas de la víctima hacia el kayak.
- El rescatista debe colocar a la víctima boca arriba si se requiere respiración de rescate.
- El rescatista devuelve a la víctima a la playa u otra zona segura.

#### VÍCTIMAS MÚLTIPLES:

- El rescatista debe acercarse primero a la víctima que presente mayor sufrimiento.
- El rescatista debe seguir los procedimientos descritos anteriormente en las secciones "ACTIVA" y "PASIVA".
- El rescatador, con la primera víctima a bordo, se acercará a la segunda víctima. • El rescatador debe seguir los procedimientos descritos anteriormente en las secciones "ACTIVA" y "PASIVA". En ocasiones, el rescatador deberá utilizar su criterio y entrar al agua con el tubo de rescate para asegurar y mover a la segunda víctima hacia el kayak en lugar de seguir los procedimientos "ACTIVA" o "PASIVA".
- El rescatador debe hacer que la segunda víctima agarre firmemente la popa del kayak con ambas manos.
- El rescatador debe indicar a las víctimas que se agarren del costado del kayak si hay más de dos (2) víctimas. • El rescatador debe colocar a la(s) víctima(s) boca arriba si se requiere respiración de rescate. A otras víctimas conscientes se les puede dar el tubo de rescate en estos casos para que puedan flotar y esperar a que lleguen los salvavidas de respaldo.
- Los rescatistas deben devolver a las víctimas a la playa u otra zona segura.

## Rescates en motos acuáticas (PWC)

La moto acuática ideal para rescates en aguas abiertas es la WaveRunner, en lugar de la moto acuática, ya que la WaveRunner tiene asientos para varias personas. Esto permite que el conductor de la WaveRunner lleve consigo a uno o dos socorristas de rescate si es necesario. Además, la WaveRunner es mucho más estable en el agua y permite remolcar un trineo de rescate detrás de la moto acuática. Los operadores de motos acuáticas deben evitar navegar dentro de la zona de impacto/surf siempre que sea posible y nunca deben saltar las olas.

La moto acuática debe operarse siempre a una velocidad segura en función de las condiciones predominantes (velocidad y dirección del viento, olas/oleaje, etc.) y las velocidades lentas son absolutamente necesarias cuando se avanza a través de las olas y cuando se aproxima a una víctima.

#### Características y beneficios de la moto acuática de rescate

- Trineo de rescate: espuma de alta densidad y muy flotante con un anclaje de 2 a 3 puntos a la PWC para permitir una estabilidad superior en el agua con y sin víctimas a bordo. Debe poder acomodar, como mínimo, a 2 víctimas. • Tubo de rescate: conectado a la PWC de tal manera que permita un despliegue fácil y rápido.
- Asas laterales: se encuentran a ambos lados del casco de la moto acuática, sobre el espacio para los pies o alrededor de él. Se utilizan para que las víctimas puedan agarrar la moto acuática y Puede ser útil cuando hay más de una víctima que necesita ayuda al mismo tiempo.
- Protector contra desgaste: este, generalmente de goma o silicona, se aplica a la popa de la PWC para evitar que el trineo de rescate dañe la Casco de PWC.

## Equipamiento de la moto acuática de rescate

- Radio portátil de mano (u otro sistema de comunicación a bordo): lo ideal es que el sistema de comunicación bidireccional esté integrado en el casco del conductor de la moto acuática. También puede ser una radio portátil de dos vías montada en el mecanismo de dirección o en el chaleco salvavidas del conductor; en cualquier caso, la radio debe estar segura en una bolsa impermeable sellada.
- Chaleco(s) salvavidas para el conductor de PWC: deben permitir una mayor movilidad mientras el conductor de PWC los usa.
- Casco para conductor: debe permitir al conductor de PWC: mayor movilidad, usar gafas de sol u otros equipos protectores; debe estar equipado con un sistema de comunicación bidireccional.
- Botiquín de primeros auxilios con máscara de RCP: debe guardarse en una bolsa sellada herméticamente debajo del asiento de la moto acuática.
- Extintor de incendios: se utiliza en caso de incendio a bordo de una moto acuática y en otras embarcaciones que puedan requerirlo.
- Cuchillo: se utiliza para cortar el hilo enredado.
- Brújula: mejor si se monta en el mecanismo de dirección de la moto acuática. • Cuerda de remolque con clip: se utiliza como respaldo del trineo de rescate; se utiliza para ayudar a una embarcación; se utiliza para proporcionar asistencia cuando el trineo está siendo utilizado por otros. víctima(s).
- Máscara, aletas, snorkel: para utilizar en caso de búsqueda de víctimas sumergidas.

La moto acuática, en muchos lugares, está sustituyendo algunos de los modos de rescate más tradicionales y, en otros lugares, está complementando los modos de rescate tradicionales según cada circunstancia. Realizar un rescate con una moto acuática tiene ventajas:

- permite tiempos de respuesta mucho más rápidos • permite una mejor movilidad en condiciones de aguas turbulentas
- permite un regreso más rápido a la playa cuando se requiere atención médica anticipada
- proporciona flotación a todas las víctimas de un rescate masivo hasta que lleguen los salvavidas de respaldo

## Operación de rescate de moto acuática

Para realizar un lanzamiento seguro de una moto acuática de rescate, el/los socorrista(s) deben seguir este protocolo:

- Asegúrese de que el agua esté libre de bañistas en el área de lanzamiento.
- Empuje el remolque hacia el agua unos centímetros; incline el remolque hacia el agua para que la moto acuática comience a deslizarse fuera del remolque; y empuje la moto acuática desde el remolque hacia el agua. agua con la proa apuntando hacia las olas/oleaje entrantes (idealmente durante una pausa).
- El operador de la PWC monta la PWC y la pone en marcha mientras el rescatista sube a bordo.
- El operador de la PWC, el socorrista de rescate de la PWC y cualquier otro socorrista que haya ayudado a lanzar la PWC revisarán el área en busca de nadadores y gritarán: "DESPEJADO" si es seguro que la moto acuática continúe.
- La proa de la moto acuática debe mantenerse perpendicular o en un ángulo de 45 grados con respecto a las olas/oleaje entrante hasta que esté libre de la resaca/impacto. zona.

Realizar un rescate utilizando la moto acuática:

### VÍCTIMA CONSCIENTE

- Si es posible, la víctima debe levantar una mano/brazo fuera del agua y por encima de su cabeza.
- El operador de una moto acuática debe iniciar una aproximación lenta a la víctima y finalizar la aproximación solo cuando sea seguro hacerlo según las condiciones. (vientos predominantes, tamaño y dirección del oleaje, etc.).
- El operador de la PWC se acercará a la víctima de modo que el rescatador quede de frente a ella y la víctima se mantenga a un lado de la PWC.
- El rescatador extiende un brazo y agarra la muñeca y el antebrazo de la víctima.
- El rescatador guía a la víctima junto a la moto acuática hasta el trineo de rescate.
- El rescatador le indica a la víctima que agarre firmemente las manijas del trineo de rescate con ambas manos.
- El rescatista devuelve la moto acuática a la playa u otro lugar seguro para que la víctima sea evacuada por un socorrista de respaldo.
- Si la moto acuática tiene un rescatador a bordo además del operador: • el procedimiento anterior sigue siendo el mismo excepto que el rescatador asegura a la víctima y la mueve hasta el trineo de rescate.
  - Una vez que la víctima esté boca abajo en el trineo de rescate, el rescatador debe recostarse sobre ella, colocando sus brazos debajo de las axilas de la víctima y agarrando firmemente las manijas. Se le debe indicar a la víctima que también agarre firmemente las manijas del trineo de rescate.
- Si el procedimiento anterior no es efectivo, el operador (si está solo) o el rescatista (si acompaña al operador) debe utilizar el tubo de rescate para ayudar y asegurar a la víctima y luego moverla al trineo de rescate.

## VÍCTIMA INCONSCIENTE

- El operador de una moto acuática debe iniciar una aproximación lenta a la víctima y finalizar la aproximación solo cuando sea seguro hacerlo según las condiciones. (vientos predominantes, tamaño y dirección del oleaje, etc.).
- Señal del operador de PWC o llamada para solicitar refuerzos.
- El operador de la PWC ingresa al agua con el tubo de rescate para acercarse y asegurar a la víctima.
- PWC debe decidir si:
  - es capaz de mover a la víctima al trineo de rescate y asegurarla al trineo.
  - puede regresar de forma segura a la playa u otro lugar seguro con la víctima.
- Si no es posible para el operador asegurar a la víctima al trineo de rescate y/o mover la PWC de regreso a la playa con la víctima inconsciente a bordo, el operador hará una señal o pedirá refuerzos y flotará en el agua con la víctima asegurada al tubo de rescate.
- Si la moto acuática tiene un rescatador a bordo además del operador:
  - Una vez que el operador se acerca a la víctima, el rescatista abandona la PWC con el rescate para asegurar a la víctima y trasladarla al trineo de rescate (el operador puede ayudar al rescatista a subir a la víctima a bordo).
  - Una vez que la víctima esté boca abajo en el trineo de rescate, el rescatista debe recostarse sobre ella colocando sus brazos debajo de las axilas de la víctima y agarrando firmemente las manijas.
  - la víctima debe mantenerse boca arriba si se determina que es necesario realizar respiración artificial y/o RCP.

### Desembarco de moto acuática en la playa

- El operador de la PWC debe indicar a los salvavidas en la playa que se está preparando para desembarcar.
- Los salvavidas deben limpiar la zona de aterrizaje de nadadores.
- El operador de la PWC la lleva a la zona de impacto/surf, la apaga y la desmonta.
- El operador de la moto acuática debe mantener un agarre firme y controlar la moto acuática. • La moto acuática se guía hasta la orilla durante una pausa (y detrás de una ola entrante).
- Los salvavidas llevan el remolque a aguas poco profundas y la moto acuática puede flotar sobre el remolque con la ayuda de una ola que la empuja hacia el agua. tráiler.

1



Figura C5.19

2



Figura C5.20

3



Figura C5.21

4



Figura C5.22

The basic stages of an active victim rescue using a Personal Watercraft (PWC).  
 #1 – approach while facing & keeping victim on one side of PWC. Extend arm closest for victim to grab  
 #2 – victim grabs rescuers wrist while rescuer secures victim by grabbing wrist/forearm.  
 #3 – forward momentum of PWC helps rescuer to move victim to the rescue sled.  
 #4 – rescuer assists victim onto the rescue sled in a belly down position while grasping sled's handles with two hands.

FIGURES C.5.19-C.5.22

## Ventilaciones en el agua

Hay ocasiones en las que un socorrista se encuentra con una víctima pasiva que no responde y que no respira. En estos casos, es fundamental ventilar lo antes posible. Si el socorrista no puede reconocer y extraer a esta víctima en cuestión de segundos, se deben proporcionar ventilaciones mientras se encuentra en el agua.

Se pueden realizar ventilaciones en el agua mientras la víctima pasiva que no responde se encuentra en el bote o tubo de rescate. Además, si el socorrista coloca a la víctima en una tabla de rescate, también se pueden realizar ventilaciones fácilmente una vez que la víctima se encuentra en el agua.

Para proporcionar ventilación 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 sus hombros y debajo de sus axilas, con los brazos cubiertos sobre el tubo.
- Colóquese en la parte superior de la cabeza de la víctima con la máscara de bolsillo de RCP para asegurar que la vía aérea esté abierta para iniciar las ventilaciones.

También se puede proporcionar ventilación en el agua a una víctima de traumatismo espinal de la misma manera que se describió anteriormente. Una vez que la víctima esté en una tabla de rescate, el socorrista debe colocarse a un lado de la tabla de rescate con una máscara de bolsillo para RCP para asegurar que las vías respiratorias estén abiertas e iniciar la ventilación.

## Escapes

El único objetivo de las víctimas activas es la supervivencia. La víctima hará cualquier cosa para mantener la cabeza fuera del agua y respirar. Esto incluye agarrarse y aferrarse a cualquier objeto o persona inmóvil en el agua. Esto incluye al socorrista que realiza el rescate.

Un socorrista no puede permitir que la víctima lo agarre y posiblemente se convierta en víctima él mismo. Por lo tanto, es una práctica habitual que los socorristas de rescate se acerquen a una víctima activa por detrás para limitar la capacidad de la víctima de agarrarse al socorrista.

Habrán ocasiones en las que, independientemente de las precauciones que tome el socorrista, una víctima de ahogamiento activa presa del pánico lo agarrará y posiblemente lo retendrá bajo el agua. En estos casos, es fundamental que el socorrista esté muy bien versado en la ejecución de maniobras de escape de víctimas tanto por delante como por detrás.

Cada vez que un socorrista es agarrado por una víctima, su reacción inicial y su primera acción deben ser inmediatas. Si no lleva un flotador de rescate, el socorrista debe:

- 1.) Acerque su barbilla al pecho.
- 2.) Sumérgase en el agua empujándose con ambas manos y brazos tantas veces como sea necesario para sumergirse. Es probable que la víctima suelte la presa en un intento de regresar a la superficie del agua.
- 3.) Regrese a la superficie y vuelva a acercarse a la víctima por detrás y realice un rescate por detrás colocando un brazo sobre la parte superior del hombro de la víctima, atravesándole el pecho y debajo de la axila opuesta. Utilice una brazada lateral para mover a la víctima a un lugar seguro.

Si se utiliza un bote o tubo de rescate, el socorrista debe:

- 1.) Acerque su barbilla al pecho.
- 2.) Empuje con fuerza los codos de la víctima para romper su agarre.
- 3.) Sumergirse.
- 4.) Regrese a la superficie y vuelva a acercarse a la víctima por detrás y ejecute un rescate trasero colocando una Coloque el brazo sobre el hombro de la víctima, a través del pecho de la víctima y debajo de la axila opuesta. Utilice un movimiento lateral para mover a la víctima a un lugar seguro.

1



2



3



4



5



6



- Caminata asistida: uno o más socorristas colocan un brazo alrededor de la cintura de la víctima consciente mientras la sacan del agua y colocan uno de los brazos de la víctima alrededor del cuello del socorrista y sobre su hombro. El socorrista lleva el bote o tubo de rescate en la otra mano y acompaña a la víctima hasta la arena.
- Transporte de silla: dos socorristas uno frente al otro, entrelazan los brazos sujetándose las muñecas, el brazo derecho con el brazo izquierdo, respectivamente. Los dos brazos más adelantados sostienen a la víctima por debajo de las rodillas y los dos brazos más retrasados sostienen la espalda de la víctima. El brazo izquierdo de la víctima rodea el cuello de un socorrista mientras que el brazo derecho de la víctima rodea el cuello del otro socorrista. • Arrastre de la víctima a la playa: el socorrista se coloca detrás de la víctima y coloca sus brazos debajo de las axilas de la víctima lo suficientemente lejos como para que la víctima se sienta cómoda. Los codos del socorrista descansan bajo las axilas de la víctima. El socorrista entrelaza las manos y los dedos frente al pecho de la víctima. El socorrista comienza a caminar hacia atrás fuera del agua arrastrando los talones de la víctima por el suelo.

## Emergencias médicas

Si un socorrista recibe una llamada de atención médica de emergencia y:

Hay un socorrista asignado al área:

- El salvavidas notifica, a través del sistema de comunicación de la agencia, al supervisor de salvavidas sobre la emergencia médica y la ubicación de la misma. la(s) víctima(s).
- El salvavidas usa un silbato para notificar inmediatamente a los nadadores que no estarán supervisados y deben abandonar el agua inmediatamente.
- El socorrista responde a la emergencia médica asegurándose de llevar un dispositivo de comunicación y un bolso de respuesta médica.
- El salvavidas proporciona una actualización, a través del sistema de comunicación de la agencia, al supervisor de salvavidas y/o al equipo médico avanzado.

Se asignan dos o más socorristas al área:

- Uno de los salvavidas (salvavidas n.º 1) responde a la emergencia médica asegurándose de llevar un dispositivo de comunicación y Bolsa de respuesta médica.
- El salvavidas n.º 1 evalúa a las víctimas y determina si se requiere un supervisor y/o si se requiere atención médica avanzada inmediata. requerido.
- El salvavidas n.º 1 proporciona una actualización, a través del sistema de comunicación de la agencia, al salvavidas n.º 2 y al supervisor de salvavidas sobre la condición de la(s) víctima(s).
- El salvavidas n.º 2 que permanece dentro del área asignada comienza a limpiar el agua en previsión de brindar cobertura de respaldo en el Escena de la emergencia médica.
- Sólo cuando todos los salvavidas regresen al área asignada, se permitirá a los bañistas regresar al agua.

Hay un supervisor de salvavidas cerca:

- Los socorristas notifican, a través del sistema de comunicación de la agencia, al supervisor asignado de la emergencia, proporcionando la mayor cantidad de detalles posibles comenzando por la ubicación para que el supervisor pueda comenzar su ruta mientras recibe información adicional. información.
- El supervisor de salvavidas responde a la emergencia médica.
- El supervisor de salvavidas evalúa a la(s) víctima(s) y determina si es necesaria atención médica más avanzada.

Todas las ayudas médicas, excepto los primeros auxilios básicos menores, requieren que el socorrista o el supervisor de socorristas completen con precisión un informe de incidentes de la agencia. Si bien los detalles del informe se pueden completar después del incidente, es fundamental que se recopile la información de la víctima mientras se está en el lugar. Esto incluiría: signos y síntomas de la víctima, alergias, medicamentos, historial médico pertinente pasado, última ingesta oral, eventos que llevaron al incidente al que a menudo se hace referencia como MUESTRA; nombre y apellido; número de teléfono; dirección local y dirección de domicilio permanente; y cualquier otra información de contacto de la víctima y los miembros de la familia y/o amigos que acompañan a la víctima.

# Espinal Trauma – Capítulo 6

## Reconocer signos y síntomas



Figura C11.1

Figura C6.1

Se debe sospechar un traumatismo espinal en cualquiera de las siguientes circunstancias:

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

### Estabilización de traumatismos de la columna

vertebral Tratar eficazmente a una víctima de una lesión de la columna vertebral puede ser aterrador. Es importante que el socorrista recuerde que, siempre que la víctima tenga pulso, respire y no sufra otras lesiones que pongan en peligro su vida de forma inmediata, los socorristas y otros rescatistas deben tomarse su tiempo para asegurarse de que no haya movimientos repentinos o erráticos de la víctima y de que se mantenga constantemente la estabilización en línea.

Citando las últimas investigaciones, muchos profesionales médicos, servicios EMS, directores médicos y otros en la profesión médica y los servicios de emergencia ahora sugieren no colocar una tabla dorsal sobre la espalda de una víctima cuando se sospecha un traumatismo espinal.

Evidencias recientes sobre la inmovilización espinal con tablas de apoyo han mostrado limitaciones de su utilidad para prevenir daños neurológicos y varios artículos han demostrado daños en forma de lesiones, disminución de la función de la columna vertebral y paucos de los casos de lesiones de la columna vertebral. Debido a estos hallazgos, muchos protocolos de EMS han cambiado de manera progresiva y

La literatura tardó décadas en aparecer. La evidencia en contra de las recomendaciones es a respuesta razonable. De manera similar, hay pocas señales aún. prácticas sobre el uso del collarín cervical está cambiando

Cuando se trata de entablillar una lesión, a los socorristas se les enseña a no hacerlo a menos que sea necesario mover a la víctima. Así es exactamente como deberíamos abordar la idea de colocar una tabla de recuperación en este caso. Y solo se debe mover a una víctima si dejarla en su posición actual podría causarle más daño mientras espera la llegada de los servicios médicos de urgencia.

Las víctimas de traumatismos de la columna vertebral deben recibir un tratamiento similar: la colocación de una tabla dorsal sobre una víctima con sospecha de traumatismo de la columna vertebral solo se debe realizar si y cuando el protocolo de los servicios médicos de urgencia locales así lo indica. Las instalaciones acuáticas deben coordinarse con sus servicios médicos de urgencia locales para recibir orientación.

La práctica de colocar una tabla de espaldas a una víctima conlleva el riesgo inherente de causar más daño, parálisis o incluso la muerte. Si el tratamiento de las víctimas de traumatismos de la columna vertebral se aborda desde el punto de vista del análisis de los beneficios, según la Asociación Nacional de Médicos de Servicios Médicos de Emergencia y el Comité de Traumatismos del Colegio Estadounidense de Cirujanos,

médicos Las camillas se utilizan comúnmente en los servicios de urgencia (EMS) para pacientes con traumatismos. Sin embargo, intentar proporcionar una inmovilización espinal rígida en situaciones de emergencia médica. El beneficio de las tablas largas es en gran parte no probado.

La camilla larga puede inducir dolor, agitación del paciente, y compromiso respiratorio. Además, la camilla puede favorecer disminuir los puntos de presión de perfusión tisular, lo que lleva al desarrollo de úlceras por presión. La utilización de tablas para la inmovilización de la columna durante el transporte debe ser prudente. <sup>entonces</sup> que el potencial <sup>18</sup>.

- **Pacientes apropiados** estar inmovilizado con a Los tableros incluyen aquellos con:
  - el Traumatismo cerrado y alteración del nivel de conciencia
  - el Dolor de o ternura
  - el columna Molestia neurológica (p. ej., o debilidad motora)
  - el entumecimiento) Deformidad anatómica de la columna
  - el Mecanismo de alta energía de y los siguientes:
    - Droga o intoxicación alcohólica
    - Incapacidad a comunicar
    - Lesión que distrae

**Pacientes Para quién la inmovilización** en un El tablero no es necesario para la conciencia **Incluir aquellos con todo lo siguiente:**

- **Nivel normal de** (puntuación de coma de Glasgow [GCS] 15)
- **No hay dolor en la columna** o **anomalía anatómica** vertebral,
- **No** hallazgos neurológicos que o **quejas**
- **No** distinguan la lesión
- **Sin intoxicación** 18

En resumen:

- **Hay** No Evidencia de alto nivel de que la inmovilización espinal prehospitalaria tiene un impacto positivo en los resultados orientados al paciente
  - el **Espinal** La inmovilización NO Ayuda Inmovilizar el **Cervical** Columna vertebral
  - el **Espinal** La inmovilización NO disminuye las tasas de **Espinal** **Cable** Lesión
  - el **Espinal** La inmovilización aumenta la **Dificultad de** Manejo de las vías respiratorias
  - el **Espinal** Inmovilización Poder Causas de las úlceras por presión
  - el **Espinal** La inmovilización cambia la **Examen físico**
  - el **Espinal** La inmovilización empeora la función pulmonar
  - el **Espinal** La inmovilización aumenta la presión intracraneal
- **Hay** No evidencia de que inmovilizando despierto, alerta Los pacientes sin déficits/quejas proporcionan beneficios
- **Selectivo** Los protocolos de inmovilización espinal pueden ayudar a identificar a los pacientes **en** Bajo riesgo de lesiones por inmovilización y prevención de las mismas <sup>18</sup>.

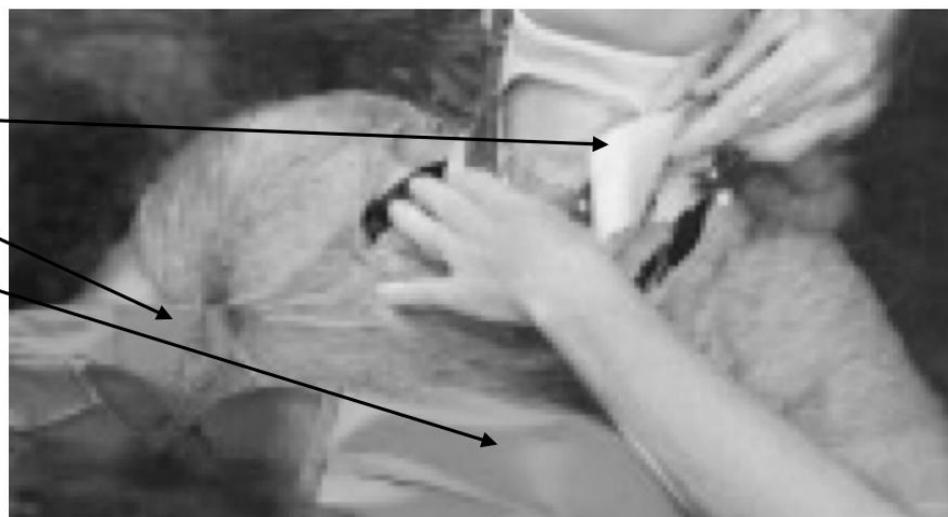
¿Usamos tableros? ¿Usamos collarines tipo C? ¿Usamos solo estabilización manual en línea?

- Utilice siempre estabilización manual en línea tanto en el agua como en la tierra ante cualquier sospecha de problema espinal.
- Coloque una tabla espinal sobre una víctima de un posible traumatismo espinal únicamente cuando así lo exija la orden médica local.
- Participar en capacitación adicional en servicio utilizando el equipo, las instalaciones, los protocolos locales y los protocolos de las instalaciones para traumatismos de la columna vertebral. víctimas.

Application of C-Collar to an in-water victim suffering an apparent spinal trauma injury.

Rescue tube can also be seen clipped around the victim under his/her armpits.

FIGURE C.6.2



Férulas para brazos

Para realizar esta habilidad de manera efectiva, el socorrista debe:

- Activar el EAP.
- Acérquese a la víctima nadando a 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 simultáneamente
  - Utilizar el brazo más alejado de la víctima para agarrar el brazo externo de la víctima más cercano al salvavidas cerca del bíceps.

Simultáneamente, mover los brazos de la víctima hacia arriba a lo largo de la cabeza de la víctima de modo que los bíceps de la víctima estén contra las orejas de la víctima. (FIGURA C.6.2 ).

- Aplique presión en ambos brazos de la víctima para inmovilizar la cabeza y el cuello. Esta presión debe ser firme y uniforme. distribuida en ambos lados de la cabeza de la víctima.

- 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 se coloca boca arriba ( FIGURA C.6.3 ).

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.



Figura C6.3



Figura C6.4



Figura C6.5



Figura C6.6



Figura C6.7



Figura C6.8



Figura C6.9

## Tablas de apoyo para víctimas de traumatismos espinales

A continuación se presenta un conjunto generalizado de procedimientos para la colocación de la tabla de salvamento. Están diseñados para proporcionar una comprensión amplia de los objetivos de la colocación de la tabla de salvamento 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 los servicios médicos de urgencia pueden diferir de una jurisdicción a otra. Por estos motivos, es fundamental que un socorrista reciba capacitación adicional en el servicio por parte de su empleador en función de los procedimientos y técnicas específicos del empleador, así como de la dirección médica local y los protocolos de los servicios médicos de urgencia locales.

El objetivo general de colocar una tabla de salvamento sobre una víctima de traumatismo espinal en el agua es poder sacar a la persona de la piscina sin causarle más lesiones. Existen muchas técnicas que se utilizan para colocar una tabla de salvamento sobre una víctima de manera eficaz. Todas las técnicas se basan en el mismo conjunto de principios y los pasos específicos detallados dependen de la circunstancia:

- Mantener la estabilización en línea de la cabeza, el cuello y la espalda de la víctima.
- Se coloca un tablero debajo de la víctima y se eleva hasta llegar a ella.
- Se utilizan una o más correas para el tablero, almohadas 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 inmovilizada con una tabla dorsal.

## Transporte estable sentado

Esta técnica de manejo de lesiones de la columna vertebral fue desarrollada originalmente para ser utilizada en la cintura del salvavidas de las playas de surf.

5

Se utiliza más fácilmente en aguas no más profundas que el

Para realizar esta habilidad de manera efectiva, el socorrista debe:

- Activar el EAP.
- acercarse a la víctima nadando a braza o caminando, teniendo cuidado de limitar cualquier perturbación en el agua.
- acercarse a la víctima por detrás. • colocar el brazo más cercano a la víctima debajo de la axila de la víctima más alejada del salvavidas. • colocar el brazo más alejado de la víctima debajo de la axila de la víctima más cercana al salvavidas.
- Los brazos deben estar lo suficientemente debajo de las axilas de la víctima para permitir que las palmas de las manos del salvavidas alcancen las orejas 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 sus manos proporcionen estabilización manual en línea, el salvavidas debe levantar a la víctima de modo que su espalda quede alineada con 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 la empuja contra el suelo. El primer rescatista regresa mientras saca a la víctima del agua.

Esta técnica también se utiliza fácilmente con una víctima de traumatismo espinal en tierra que se encuentra sentada, de pie o acostada en posición boca abajo.

Otros socorristas de apoyo que respondan a la situación deben colocarse en el agua entre la víctima y la ola que se aproxima, con la espalda de cara a las olas y los rápidos. Los cuerpos de estos socorristas de apoyo, junto con sus botes salvavidas, ayudarán a mitigar el impacto que la ola rompiente tiene sobre la víctima.



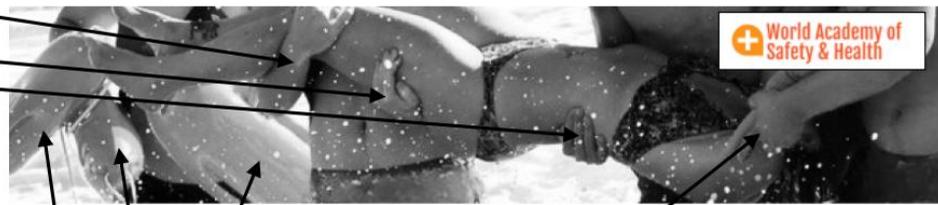
Figura C6.10



Figura C6.11

When additional lifeguards are available, each of the back-up lifeguards should place his/her hands under the back, legs, and waist of the suspected spinal trauma victim. This will help to provide support and stabilization to the spinal column.

FIGURE C.6.12



One lifeguard maintains control of the rescue cans of all other rescuing lifeguards. These were also used on the way to the beach to block the crashing surf.

Primary lifeguard provides inline stabilization.

## Tablero de pie

La tabla de pie o lo que a menudo se conoce como "derribo de pie" se utiliza cuando una persona muestra signos de traumatismo espinal mientras está de 5 tierra. O bien, se utiliza cuando una persona se queja de síntomas de traumatismo espinal mientras está en tierra y de pie.

Los pasos para colocar una tabla de espaldas a una víctima que está de pie son:

- 1.) El salvavidas proporciona estabilización manual en línea colocando las palmas de sus manos sobre las orejas de la víctima mientras está de frente a ella.
- 2.) El salvavidas de respaldo colocará el collarín del tamaño adecuado mientras está de pie detrás de la víctima.
- 3.) Un salvavidas de respaldo colocará la tabla espinal detrás de la víctima.
- 4.) Dos socorristas mantendrán la estabilización manual en línea mientras están frente a la víctima colocando cada uno la palma de su mano más cercana a la víctima sobre la oreja de la víctima. Estos socorristas colocarán su otra mano debajo de la axila de la víctima y agarrarán un asa de El tablero.
- 5.) Un tercer socorrista de respaldo agarrará la parte superior del tablero con dos manos desde detrás de la víctima para ayudar a guiar la tabla con la víctima hasta el suelo mientras los otros dos salvavidas mantienen la estabilización manual en línea y el contacto con las manijas del tablero.

Vertical backboarding on land of a victim of suspected spinal trauma – often referred to as a 'standing takedown'.

FIGURE C.6.13



## Tablero de profundidad cero

Los procedimientos de backboarding de profundidad cero se utilizan en dos circunstancias diferentes. Si una persona presenta signos o se queja de los síntomas de traumatismo espinal mientras está en tierra y está en el suelo. O bien, si una persona presenta signos de traumatismo espinal mientras está en aguas poco profundas (desde unos pocos centímetros hasta solo el suelo mojado). Si las vías respiratorias de la víctima, mientras está boca arriba, están obstruidas y permanecen fuera del agua, entonces el agua es lo suficientemente poco profunda como para utilizar los procedimientos de backboarding de profundidad cero.

El procedimiento para el backboard de profundidad cero es:

- 1) El salvavidas principal (salvavidas n.º 1) proporciona estabilización manual en línea utilizando la técnica de férulas de brazo desde la parte superior de una posición boca arriba. Víctima y estando de pie a un lado de una víctima boca abajo. Si la víctima está boca abajo, el socorrista debe girar a la víctima a la posición boca arriba una vez asegurada con las férulas para brazos.
- 2) Si la víctima no responde, el salvavidas verifica si respira y, si no respira, proporciona respiración de rescate inmediata. 3) Si la víctima responde o no responde pero respira, el salvavidas n.º 1 mantiene la estabilización en línea. 4) El primer salvavidas de respaldo (salvavidas n.º 2) se hace cargo de la estabilización manual en línea desde un lado de la cabeza de la víctima colocando sus palmas sobre las orejas de la víctima.
- 5) El salvavidas n.º 1 mueve los brazos de la víctima a los costados del cuerpo y le coloca un collarín.
- 6) El socorrista #1 coloca el brazo de la víctima en el lado hacia el que será rodado.
- 7) El salvavidas n.º 1 agarra a la víctima en el área de la cadera y la caja torácica. 8) El segundo salvavidas de respaldo (salvavidas n.º 3) recupera una tabla.
- 9) El salvavidas n.º 2 le hace una señal al salvavidas n.º 1 para que haga rodar a la víctima hacia sí mismo y al salvavidas n.º 3 para que deslice la tabla debajo de la víctima desde el lado opuesto del salvavidas n.º 1.
- 10) El salvavidas n.º 2 le hace señales al salvavidas n.º 1 y al salvavidas n.º 3 para que rueden a la víctima sobre la camilla.
- 11) El salvavidas n.º 3 recupera el arnés de cabeza mientras el salvavidas n.º 1 asegura las correas desde el pecho hasta los pies de la víctima (asegurándose de que la correa del pecho esté asegurada debajo de las axilas de la víctima y la correa de la cintura esté sobre la parte superior de las manos/brazos de la víctima).
- 12) El socorrista n.º 3 ayuda al socorrista n.º 2 a colocar el arnés y las correas de la cabeza. La correa superior de la cabeza pasa por la frente de la víctima y, si el arnés de la camilla tiene una segunda correa, pasa por encima del collarín cerca del mentón de la víctima.

# Protocolos y Comunicación – Capítulo 7

## Capacitación en servicio

No basta con que los socorristas completen un curso de certificación o recertificación cada 1 o 2 años. Los socorristas deben participar en un desarrollo profesional continuo y en una capacitación en servicio en la instalación acuática en la que brindarán cobertura como socorristas.

La capacitación regular y de rutina en el servicio garantiza que los salvavidas estén preparados física y mentalmente para responder adecuadamente durante una situación de emergencia.

Los temas de la formación en el servicio deben ser variados y también deben abordar cuestiones específicas de cada instalación. Por encima de todo, las habilidades de rescate de los socorristas deben mantenerse en forma.

El curso de capacitación debe abordar, como mínimo, lo siguiente:

- Aprender y practicar el EAP
- Normas y reglamentos de las instalaciones
- Técnicas preventivas de salvamento
- Actualización de las habilidades aprendidas en el curso de certificación de salvavidas/RCP/DEA/primeros auxilios
- Gestión integral de riesgos
- Documentación de instalaciones y procedimientos administrativos.
- Revisión de los requisitos locales, estatales y federales de los salvavidas.
- Estándares de la industria para salvavidas, personal e instalaciones acuáticas.

Los socorristas deben ser responsables de mantener sus habilidades para salvar vidas en óptimas condiciones: uno nunca sabe cuándo serán necesarios.

Los socorristas deben asistir a capacitaciones periódicas en servicio para una mejora continua.

## Técnicas, puestos y posicionamiento de los salvavidas

En términos generales, al considerar la ubicación de los socorristas, el personal de gestión debe garantizar:

- Se debe proporcionar al salvavidas un soporte/silla/torre/estación que esté elevada por encima de la playa y del nivel del área de natación.
- Los puestos/sillas/torres/estaciones de los salvavidas se colocan lo suficientemente cerca del agua para permitir que el salvavidas pueda escanear y realizar su trabajo de manera efectiva. vigilancia para bañistas, pero a una distancia suficiente de la playa para que la marea alta no altere la estabilidad de la grada/silla/torre/estación.
- Los servicios de salvavidas deben considerar métodos alternativos de vigilancia de los nadadores (por ejemplo, una plataforma elevada fija en el agua si hay una acción limitada de las olas; patrulla en el agua por parte de salvavidas utilizando una tabla de rescate, un kayak u otra embarcación no motorizada).
- Todos los salvavidas tienen un método confiable y eficaz de comunicación entre sí y, como mínimo, un salvavidas debe tener una línea directa de comunicación con las autoridades locales, la gerencia y/u otros servicios de emergencia.



Lifeguard chair for two lifeguards as some areas assign partners to each lifeguard station/location.  
**FIGURE C.7.1**



Lifeguard tower for one or multiple lifeguards. Used in select geographic areas and can be equipped with telephones, climate control, polarized windows & more.  
**FIGURE C.7.2**



Lifeguard chair for a single lifeguard. It is elevated above the level of the swimmers and far enough behind the high tide line that it is not washed away or damaged by the incoming tidal flow and/or wave action.  
**FIGURE C.7.3**

## Persona/niño desaparecido

Cada vez que se notifique al socorrista que falta una persona, éste deberá:

- Obtenga el nombre y la descripción completa, incluyendo edad, género, color de cabello, color de ojos y descripción de la ropa.
- Descubra la última ubicación conocida de la persona.
- Averigüe si la persona desaparecida estaba realizando alguna actividad en la playa; si fue vista por última vez en el agua; si caminaba en una dirección en particular. Es **IMPORTANTE** tener en cuenta que, estadísticamente hablando, los niños y los ancianos desaparecidos caminan a favor del viento a lo largo de la costa.
- Averiguar si la persona desaparecida padece alguna condición médica.
- Obtener cualquier otra información que pueda ser útil para localizar a la persona desaparecida.
- Comuníquese con el despachador con la información anterior para que pueda alertar a otros salvavidas. Si no hay despachador, avise a los negocios cercanos y utilice cualquier tipo de sistema de comunicación o de megafonía para alertar al público en la playa o sus alrededores.
- Instruya a la familia de la persona desaparecida a permanecer en un lugar para que el/los salvavidas puedan comunicarse con ellos fácil y rápidamente. y cuando sea necesario.
- Si la persona desaparecida fue vista por última vez en el agua, los salvavidas deben evaluar e investigar de inmediato para determinar si se debe realizar una búsqueda en el agua. debe llevarse a cabo.
- Notificar al despachador cuando se localice a la persona desaparecida.

Cada vez que se lleva a un niño desaparecido ante un salvavidas, el/los salvavidas deben:

- Notifique al operador sobre la desaparición del niño y asegúrese de compartir una descripción completa; el operador alertará a otros salvavidas.
- Si el socorrista no localiza inmediatamente a los padres, el niño desaparecido debe permanecer con él. Puede ser útil utilizar un silbato de un solo toque prolongado para llamar la atención de los bañistas y los bañistas y señalar al niño desaparecido.
- Si después de la notificación pública anterior no se localiza a los padres, se deberá llevar al niño a la siguiente estación de salvavidas y procedimiento repetido.
- Asegúrese de que el niño se sienta reconfortado y que su bienestar emocional se preserve durante el proceso.
- Si este procedimiento no logra localizar a los padres, el niño debe ser transferido a las autoridades locales para que lo ayuden en su búsqueda. Localizando a los padres.
- En ningún momento durante el proceso, ningún socorrista deberá dejar su área sin vigilancia.

Todas las instalaciones deben contar con un sistema de comunicación. Este sistema debe incluir un conjunto de procedimientos de comunicación que describan los "indicativos de llamada" u otros términos fácilmente identificables utilizados para cada persona y/o ubicación dentro de la instalación y los métodos de comunicación que se utilizarán (teléfono, señales manuales, banderas portátiles, silbatos, megáfonos, bocinas de aire, sistemas de megafonía, radios portátiles bidireccionales, etc.). El sistema también debe abordar:

- Comunicación entre socorristas en la playa
- Comunicación entre socorristas y bañistas/playeros
- Comunicación entre socorristas en el agua y socorristas en la playa
- Comunicación entre socorristas y supervisores
- Comunicación entre el personal acuático y los supervisores (o salvavidas) y otros miembros del personal de las instalaciones.
- Comunicación con los servicios EMS locales

En la mayoría de las organizaciones, la comunicación entre los socorristas se lleva a cabo normalmente mediante uno de los tres sistemas establecidos: señales con las manos, señales con silbato y señales con banderas (es decir, semáforo). Los sistemas de comunicación deben estar estandarizados dentro de un área geográfica y de una organización a otra dentro de esa área. Esto garantiza una respuesta rápida y una atención de calidad al paciente al proporcionar una interacción fluida y sin problemas entre todos los socorristas de surf capacitados durante las operaciones normales, así como durante una emergencia.

Algunas instalaciones que han trabajado en estrecha colaboración con los servicios de emergencias médicas locales pueden tener una persona designada con una radio portátil bidireccional que puede comunicarse directamente con el operador de emergencias médicas. Esto puede eliminar la necesidad de llamadas telefónicas y puede aumentar la eficiencia y los tiempos de respuesta durante una emergencia.

Los números de teléfono de emergencia locales, así como los números de las líneas directas (por ejemplo, de control de intoxicaciones), deben estar publicados y ser de fácil acceso en cada zona de natación y/o puesto de salvavidas dentro de una instalación. Esta lista de números de teléfono también debe estar publicada y disponible en todas y cada una de las oficinas de la instalación. Es recomendable que cualquier persona responsable de llamar a los números de teléfono de emergencia guarde estos números en su dispositivo móvil.

## Señales de silbato



Un silbato puede ser un mecanismo eficaz para comunicarse con otros socorristas, con miembros del público y con supervisores. Al igual que con cualquier forma de comunicación dentro de una organización y dentro de áreas geográficas particulares donde se ofrecen servicios iguales o similares a los ciudadanos, la comunicación mediante silbato dentro de los servicios de socorrismo debe seguir estandarizada. Esta estandarización garantiza una interacción fluida entre los socorristas y/o las agencias de socorrismo durante las emergencias y las operaciones normales, lo que permite a las agencias brindar la mejor atención posible a las víctimas.

### Señales de silbato estándar

Una larga explosión	Atención del nadador(es)
Dos ráfagas cortas	Atención de socorristas
Dos ráfagas largas	Emergencia terrestre; Emergencia médica
Serie de explosiones cortas	Rescate acuático; Emergencia acuática

Acme Thunderer whistle recommended for beachfronts, ocean rescue, & other open water environments.

FIGURE C.7.4



El semáforo es un sistema o método de comunicación con otros mediante un "alfabeto de señales" preestablecido. A menudo se lo denomina el lenguaje del océano.

El sistema de semáforos, que se originó en Francia, fue desarrollado por Claude Chappe en 1790 y se utilizó en situaciones de emergencia en barcos o en sus alrededores, en el océano y para que el gobierno se comunicara durante la Revolución Francesa. Durante el siglo XVIII y principios del siglo XIX, el semáforo se utilizaba mediante señales luminosas. El semáforo con banderas no se desarrolló hasta 1866.

En la actualidad, el uso de este sistema se encuentra generalmente en las playas para que los socorristas y/o sus puestos puedan comunicarse eficazmente entre sí. También se utiliza con frecuencia para hacer señales a los aviones y a los pilotos. En el sistema actual, se sostiene una bandera (normalmente naranja u otro color de alta visibilidad) en cada mano y los brazos de la persona se colocan en posiciones distintas y específicas, y cada posición representa una letra o un número del "alfabeto" del semáforo.

Two 18"x18" semaphore flags, each mounted on a 24" wood pole for handheld flag signaling and communication between lifeguards.  
FIGURE C.7.5

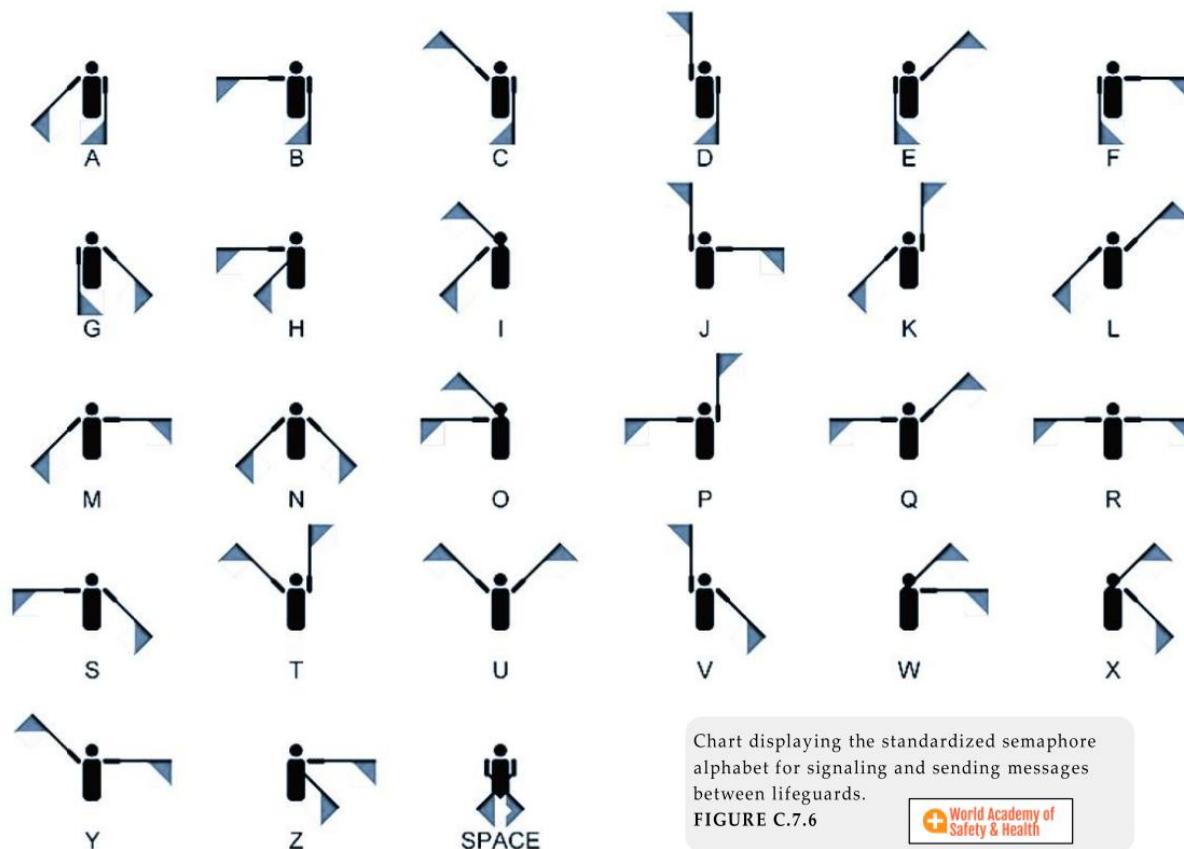
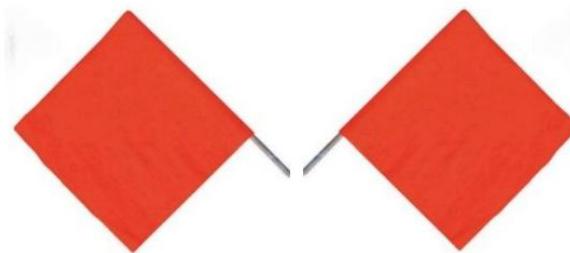


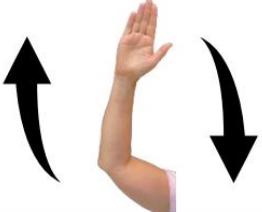
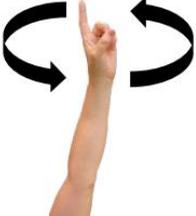
Chart displaying the standardized semaphore alphabet for signaling and sending messages between lifeguards.  
FIGURE C.7.6

### Radios portátiles de mano

Si una organización utiliza un sistema de comunicación que incluye radios portátiles, hay algunos componentes obligatorios de dicho sistema que requieren

No existe un conjunto universal o estándar de "diez códigos". En cambio, el uso, el significado y el protocolo en torno a los "diez códigos" varían de una jurisdicción a otra y/o de una organización a otra.

Se puede encontrar una lista completa de los "diez códigos" en Apéndice A.

	Señalar - a una persona o situación para alertar a un compañero Salvavidas de una situación
	Tocando el grifo de tu cabeza – Solicitar un Fellow Salvavidas Vigila tu Zona
	Creando un "círculo" sobre tu cabeza con dos Brazos – Todo bien
	Haciendo un puño con una mano mientras se hace clic simultáneamente Agarrando la muñeca de esa mano – Sumergido Víctima
	Una mano estirada sobre la cabeza moviendo el brazo De ida y vuelta, de izquierda a derecha: señal para otros Se necesitan socorristas que realicen RCP y DEA
	Una mano estirada sobre la cabeza moviendo el brazo hacia arriba y hacia abajo mientras está en el agua: señal para los salvavidas Playa para empezar a tirar del teléfono fijo
	Una mano recta sobre la cabeza en tierra o en el agua – Necesita asistencia inmediata
	Una mano estirada sobre la cabeza mientras se cierra el puño Mientras esté en el agua: haga señales a los salvavidas en la playa para Deja de tirar del teléfono fijo
	Brazo extendido sobre la cabeza con el dedo apuntando Hacia arriba y haciendo un movimiento de "círculo" con Dedo - Embarcación, buque u otro que se aproxima Objeto de deporte acuático; Llamar a un socorrista a la playa desde el agua

Es importante utilizar una señalización clara y concisa para comunicar información de seguridad al público. Como mínimo, se deben colocar señales en cada entrada a la playa y/o área(s) de baño; en las estaciones de salvavidas (ya sean torres, edificios, sillas, etc.); y en los caminos que conducen a las playas y/o áreas de baño. Las señales deben personalizarse para las características y peligros únicos de cada playa y/o área(s) de baño geográficamente específicas. Como mínimo, todas las señales deben incluir información sobre las corrientes de resaca: qué son, por qué son peligrosas, cómo reconocerlas y cómo escapar de ellas. Las señales deben incluir un diagrama de una corriente de resaca con indicadores de cómo escapar.

Además, las agencias deberían considerar agregar algunas reglas generales de seguridad y horarios de atención para los salvavidas con una advertencia de no nadar fuera del horario de atención de los salvavidas.

## Uniformes

Los socorristas deben llevar un uniforme que permita su fácil identificación por parte del público en general, así como por parte de sus compañeros y de otro personal de los servicios de emergencia. Los uniformes deben:

- Como mínimo, incluya: silbato, gorra/visera, camisa, bañador y traje de baño (para salvavidas femeninas). Otras piezas de uniforme a considerar incluyen:  
Licra, chaqueta, pantalón deportivo/sudadera, polaina.
- estar etiquetados con el logotipo de la agencia y/o con cualquier combinación de los siguientes: GUARDIA; SALVAVIDAS; PATRULLA DE PLAYA; RESCATE EN EL OCEANO; RESCATE EN SURF.
- ser de un color que se pueda ver fácilmente desde lejos en la playa. También es recomendable considerar qué colores se ven más fácilmente bajo el agua.  
agua (verde neón, amarillo, naranja).
- no debe usarse fuera de servicio.

## Sistema de informes

Cada agencia de salvavidas debe implementar un sistema de reporte de datos. Los datos que se reportan diariamente deben incluir, como mínimo, acciones preventivas, asistencias, rescates, personas desaparecidas, primeros auxilios. Las agencias también deben considerar la posibilidad de reportar subcategorías como rescates de múltiples víctimas, primeros auxilios menores y mayores, y traumatismo espinal. Estos datos servirán de base para las recomendaciones, protocolos y otras decisiones relacionadas con la seguridad general y la integridad del programa.

Lo ideal sería que este sistema se mantuviera en formato electrónico. Se solicita a las agencias que utilizan el programa WASH Surf Rescue que informen los datos anuales, desglosados por acción y mes, a la oficina corporativa de WASH a más tardar el 15 de enero de cada año correspondientes al año calendario anterior ([admin@lifeguardcertifications.com](mailto:admin@lifeguardcertifications.com) o en línea <https://lifeguardcertifications.com/agency-reporting/>).

## Señales de socorro de los buques

Existen señales visuales y sonoras estandarizadas que todas las embarcaciones deben utilizar en caso de peligro. Sin embargo, estas señales estandarizadas pueden variar de aguas interiores a aguas internacionales. Además, cada región del mundo y/o cada organización marítima puede indicar las señales de socorro aceptables y estandarizadas que se deben utilizar. Por lo tanto, es vital que el/los socorrista(s) conozcan y comprendan las señales estandarizadas aceptables que se deben utilizar en el área geográfica en la que trabajarán.

Las señales visuales pueden

incluir: • Bengalas

de señales • Bengala roja de mano: uso diurno y nocturno

• Bengala con paracaídas: uso diurno y nocturno

• Meteorito rojo: uso diurno y nocturno

• Bocina de aire, campana, silbato

• Banderas naranjas

• Señales de humo naranjas flotantes o portátiles • Luces SOS eléctricas

Además de las señales de socorro que suelen utilizar los barcos, es importante que los salvavidas estén familiarizados con otras señales audibles que utilizan los barcos si suele haber mucho tráfico de barcos y/o deportes acuáticos cercanos, pesca deportiva u otras actividades recreativas en la marina.

Existen diferentes combinaciones de señales sonoras para los distintos movimientos de las embarcaciones en el agua. Estas señales pueden ser breves (aproximadamente 1 segundo) o prolongadas (aproximadamente de 4 a 6 segundos). Si las embarcaciones a motor están a la vista unas de otras y se encuentran o cruzan a menos de media milla una de otra; cada embarcación se está moviendo; y cada una está maniobrando según lo autorizado o requerido por las reglas de navegación interior, las embarcaciones deben utilizar las siguientes señales sonoras.

Cuando un buque n.º 1 se aproxima a otro buque n.º 2 y escucha una o dos señales de sonido cortas, y ambos entienden la señal de sonido y el buque n.º 1 puede dejar que el buque n.º 2 lo haga de manera segura, entonces el buque n.º 1 debe responder a la señal de sonido del buque n.º 2 con la misma señal de sonido en respuesta.

Señal de alerta: cuando una embarcación pasa cerca de otra, navegará alrededor de ella dejándola en el lado izquierdo.

un buque está detrás de otro buque, yendo en la misma dirección y a punto de alcanzarlo, una señal sonora corta significa: "Tengo la intención de pasarte por TU lado de estribor, MI lado de babor".

- Una señal sonora prolongada: cuando una embarcación abandona el muelle o el atracadero, indica a las demás embarcaciones que ha cambiado de estado y que está avanzando. También se utiliza una señal sonora prolongada cuando una embarcación se acerca a una curva de un río en la que no se pueden ver las embarcaciones que vienen de otra dirección. A veces se la denomina "señal de curva ciega".
- Dos señales sonoras cortas: cuando un buque pasa cerca de otro, navegará dejándolo por el lado derecho. Si un buque está detrás de otro, en la misma dirección y a punto de alcanzarlo, dos señales sonoras cortas significan: "Tengo la intención de pasarte por TU lado de babor, MI lado de estribor".
- Tres señales sonoras cortas: cuando un buque está operando en propulsión hacia atrás, por ejemplo, al alejarse de un muelle o de un atracadero.
- Una señal sonora prolongada + tres señales sonoras cortas: técnicamente, se trata de dos señales diferentes sucesivas. Una señal sonora prolongada indica que el buque se está poniendo en marcha y tres señales sonoras cortas indican que el buque está retrocediendo. Esto es lo que se utiliza cuando el buque sale de un muelle o de un atracadero en reversa.
- Cinco señales breves: esta es la señal de PELIGRO. Si una embarcación no comprende la intención de la embarcación n.º 2 o siente que la intención de la embarcación n.º 2 es incorrecta, La navegación propuesta es peligrosa para cualquiera de las embarcaciones, entonces la embarcación n.º 1 debe utilizar la señal de PELIGRO.

Como regla general, la señalización sonora interior e internacional difiere en que el uso de señales sonoras en aguas interiores indica la acción prevista de un buque, mientras que el uso de señales sonoras en aguas internacionales indica el curso de acción real de un buque en ese momento.

#### Procedimientos relacionados con el clima

La playa debe despejarse siempre que se vean relámpagos o se sepa que hay relámpagos en la zona. Las agencias deben considerar al menos un detector de relámpagos portátil para equipar a los salvavidas con la información más actualizada y en tiempo real sobre tormentas y relámpagos. La limpieza de la playa debe incluir a las personas que no saben nadar y que están solo en la playa. Se debe indicar a todas las personas que se refugien en el espacio interior más cercano hasta que haya pasado la tormenta y los salvavidas consideren que es seguro regresar a la playa.

La limpieza de la playa se puede realizar mediante un sistema de comunicación, como un sistema de megafonía o un megáfono. Si no se dispone del equipo de comunicación adecuado, el socorrista o los socorristas deben utilizar su silbato y anunciar en voz alta que la playa está despejada debido al mal tiempo que se avecina o, una vez que el agua se haya despejado, caminar de persona a persona por la playa para hacer la notificación correspondiente.

Los salvavidas deben permanecer cerca de su playa asignada pero en el área segura cubierta y/o cerrada más cercana.

#### Procedimientos de apertura y cierre

La apertura y el cierre diarios de playas y áreas de baño deben cumplir con un conjunto prescrito de procedimientos para garantizar que el personal y el equipo estén preparados, funcionales y operativos para comenzar y finalizar cada día y que se notifique adecuadamente a los bañistas al final de cada día.

Los siguientes son los procedimientos básicos de apertura diaria:

- Todos los salvavidas y el personal se presentan en la "sede de salvavidas" para pasar lista, hacer anuncios diarios y realizar controles de seguridad y mantenimiento de todo el equipo.
- Los salvavidas son enviados a su playa y/o área de natación asignada durante el día.
- Los socorristas, al llegar a su playa y/o área de baño asignada, revisan la playa y el agua para detectar peligros. • La "sede de socorristas" realiza una verificación de radio y/u otro dispositivo de comunicación para verificar que esté limpio y sin interrupciones. comunicación entre cada puesto de salvavidas y un supervisor y/o "sede de salvavidas" y el salvavidas indica que está operativo.

Los siguientes son procedimientos básicos de cierre diario:

- "Cuartel general de socorristas" anuncia el cierre de playas y/o zonas de baño.
- Los salvavidas se aseguran de que su agua esté libre de todos los bañistas y que los bañistas comprendan que el horario de salvavidas ha concluido para el día antes de abandonar su puesto de salvavidas.
- Los salvavidas se aseguran de que la señalización indique que están fuera de servicio y que no se debe nadar hasta que regresen al servicio la próxima semana. día.
- Los socorristas se comunican con el "cuartel general de socorristas" cuando ya no están operativos.
- Los salvavidas regresan a la "sede de salvavidas" para verificar el funcionamiento del equipo, cargar los dispositivos de comunicación, los recipientes de combustible y otros equipos, completar cualquier informe y reabastecer los botiquines de primeros auxilios.

Siempre que sea posible, el socorrista sólo debe notificar a las autoridades locales sobre la perturbación y proporcionar tantos detalles como sea posible al informar sobre ella. Si el socorrista no puede ponerse en contacto con las autoridades locales y se hace necesario que el socorrista se enfrente o investigue la perturbación por sí mismo, como mínimo, dos socorristas con sus botes de rescate se acercarán a las personas involucradas en la perturbación. El socorrista no debe hacer más que solicitar a las personas involucradas en la perturbación que abandonen la playa inmediatamente.

En ningún momento se debe comprometer la vigilancia de los usuarios ni la seguridad de los bañistas. La seguridad en el agua debe seguir siendo la prioridad incluso si se producen disturbios en la playa.

## Cuando no hay equipo de rescate disponible

WASH no recomienda intentar un rescate acuático sin un equipo salvavidas cuando el socorrista/rescatador tenga a su disposición dicho equipo. Además, WASH no recomienda que los socorristas intenten ningún rescate en el agua sin el equipo salvavidas adecuado. Dicho esto, es posible que cualquier pieza del equipo salvavidas falle o funcione mal durante la ejecución de un rescate o que un socorrista/rescatador se encuentre en una situación en la que se requiera un rescate acuático y no haya equipo salvavidas disponible. En estos casos, el socorrista/rescatador puede optar por prestar asistencia y, por lo tanto, debe estar familiarizado con las técnicas de rescate sin la ayuda de dispositivos de flotación.

### Técnicas de rescate sin equipo de rescate

- Transporte cruzado en el pecho: el rescatador coloca un brazo sobre un hombro y sobre el pecho de la víctima de modo que su mano quede debajo de la axila opuesta de la víctima. El rescatador coloca su cadera debajo de la parte trasera de la víctima y luego usa una patada (patada de huevo, aleteo, tijera, rana) y una brazada lateral con su mano libre para mover a la víctima hasta la orilla.
- Arrastre con una sola axila: desde atrás de la víctima, el rescatador coloca una mano (el brazo más cercano a la superficie del agua) debajo de una axila de la víctima mientras mantiene su antebrazo recto y contra el torso de la víctima. El rescatador usa la patada de tijera o de rana junto con tirones cortos y potentes de costado con el brazo libre. El rescatador puede respirar usando una de dos técnicas: 1.) el rescatador mantiene la cabeza por encima de la superficie del agua mientras tranquiliza verbalmente a la víctima o; 2.) el rescatador mantiene la cabeza debajo del agua y ejecuta dos brazadas de costado entre los retornos a la superficie para respirar. Esta técnica permite que el cuerpo de la víctima se mueva a una posición más aerodinámica que reducirá la resistencia en el agua.
- Remolque con doble axila: desde atrás de la víctima, el rescatador coloca ambas manos debajo de las axilas de la víctima mientras mantiene ambos antebrazos rectos y contra la espalda de la víctima. El rescatador debe usar solo la patada de pecho invertida para mover a la víctima hasta la orilla. El rescatador debe mantener la cabeza fuera del agua para respirar mientras remolca a la víctima. • Remolque con muñeca: usando una mano, el rescatador agarra una muñeca y un antebrazo de la víctima y crea espacio entre su cuerpo y la víctima. Si la víctima está boca abajo, el rescatador debe cruzar su cuerpo (la mano derecha del rescatador hacia la muñeca izquierda de la víctima o viceversa) e inmediatamente sumergir el brazo de la víctima en el agua mientras, simultáneamente, gira el brazo de la víctima para que la víctima se dé vuelta a una posición boca arriba. El rescatador se da vuelta sobre su espalda o sobre un costado y usa una patada (batidora, aleteo, tijeras, rana) y una brazada lateral o de espalda con su brazo libre para mover a la víctima hasta la orilla.
- Remolque de barbilla:
  - Víctima pasiva: el rescatador se acerca a la víctima boca abajo y cruza su cuerpo (la mano derecha del rescatador hacia la muñeca izquierda de la víctima o viceversa) e inmediatamente sumerge el brazo de la víctima en el agua mientras, simultáneamente, gira el brazo de la víctima para que se dé vuelta y quede boca arriba. El rescatador agarra el mentón de la víctima con una mano (teniendo cuidado de no tapar las vías respiratorias) y tira de la víctima hasta que quede estilizada. El rescatador tira de la víctima hacia él y pasa a la posición de transporte cruzado sobre el pecho.
  - Víctima activa: el rescatador se acerca a la víctima por detrás. Se sumerge y agarra las piernas de la víctima para hacerla girar de modo que quede de espaldas a usted. El rescatador mantiene el contacto con las piernas de la víctima y regresa a la superficie del agua para agarrarla por el mentón (teniendo cuidado de no cubrir las vías respiratorias) y tirar de la víctima hasta que quede estilizada. El rescatador tira de la víctima hacia él y pasa a la posición de transporte cruzado sobre el pecho.

### Fugas sin equipo de rescate

- Tirón de muñeca: se utiliza cuando la víctima agarra la muñeca o el antebrazo del rescatador. El rescatador cierra el puño y tira de su mano hacia el antebrazo de la víctima. El rescatador debe tirar en dirección al pecho para evitar golpearse en la cabeza o la cara. El rescatador puede colocar su otra mano sobre la mano agarrada para ayudar con el tirón y puede colocar un pie sobre el torso de la víctima para ayudar a empujarla.
- Estrangulamiento trasero: se utiliza cuando la víctima agarra al rescatador por detrás. El rescatador debe, simultáneamente, llevar su barbilla hacia su pecho en dirección a un hombro y, con sus manos, empujar los brazos de la víctima hacia arriba y sumergirse en el agua. El rescatador, mientras se sumerge en el agua, debe agarrar el brazo de la víctima que se encuentra más abajo en el agua y agarrar el codo y la muñeca y tirar de él hacia atrás y hacia abajo detrás de la víctima.

## Uso de vehículos y vehículos todo terreno (ATV)

Los vehículos pueden utilizarse para mantener la seguridad general de la playa. Entre otras cosas, permiten que los socorristas se desplacen de un lugar a otro de forma rápida y eficaz; pueden utilizarse durante la búsqueda de una persona desaparecida; pueden utilizarse para responder a emergencias en tierra o emergencias cercanas a la playa; y pueden utilizarse para controlar multitudes.

### Equipo a bordo del vehículo y

Canal de televisión británico

- Tubos de rescate y/o bidones de rescate
- Boya de línea (configuración de línea terrestre)
- Botiquín de primeros auxilios con mascarilla de RCP y mascarilla con válvula de bolsa (BVM)
- Tanque de oxígeno
- Máscara, aletas, snorkel (varios juegos)
- Desfibrilador externo automático (DEA)
- Radio bidireccional
- Tablero espinal (cuando sea posible)
- Tablero de rescate (cuando sea posible)
- Casco(s) para ATV

# Buscar y Rescate – Capítulo 8

## Búsqueda de línea en aguas poco profundas

El/los salvavidas deben activar el EAP e iniciar una búsqueda de línea cuando una víctima sumergida: no puede ser vista de inmediato y fácilmente por el/los salvavidas desde la costa (o su puesto asignado); se sumerge mientras el/los salvavidas está/n respondiendo y acercándose a la víctima y el/los salvavidas no puede/n ser visto/s de inmediato y fácilmente por el/los salvavidas; se desliza bajo el agua con solo transeúntes presenciando la inmersión; se desliza bajo el agua sin que el salvavidas o cualquier otro transeúnte presencie la inmersión.

Se utiliza una búsqueda en línea de aguas poco profundas cuando una víctima se desliza debajo de la superficie del agua a una profundidad en la que el/los salvavidas pueden caminar fácilmente y el fondo no es visible.

Tanto el socorrista que vio que esto ocurrió como el socorrista principal que se está comunicando con el transeúnte que vio a la víctima deslizarse bajo el agua deben intentar de inmediato triangular la última posición conocida de la víctima. Para lograr esto, el socorrista debe:

- Tome nota visual de la última posición conocida de la víctima antes de sumergirse.
- Identificar rápidamente:
  - o un objeto estacionario más allá de esta posición; o un objeto estacionario que sea perpendicular a esta posición y; o un objeto estacionario que esté detrás de usted, el rescatador, en la costa.
- Estos tres objetos relativos a la última posición conocida de la víctima le permitirán mantener una marca de la profundidad y/o distancia desde la costa de la última posición conocida de la víctima, así como poder mantener la última posición conocida de la víctima en relación con la posición de la línea de búsqueda del salvavidas en el agua.
- A medida que llegan más socorristas a la escena, cada uno de ellos entrará al agua, formando una fila en la que estarán a la distancia de un brazo del socorrista de cada lado; para garantizar que esta distancia se mantenga durante toda la búsqueda, los socorristas pueden entrelazar los brazos.
- El salvavidas de mayor antigüedad en el agua será el rescatador principal responsable de dirigir la línea de búsqueda y se comunicará directamente con el salvavidas en tierra. • La línea debe comenzar ya sea contra la corriente o contra el viento desde la última posición conocida de la víctima; la persona más baja debe estar en la parte menos profunda del agua y la persona más alta en la parte más profunda del agua sin que ninguna persona esté más profunda que el pecho; la línea debe comenzar a caminar en la dirección de la última posición conocida de la víctima con cada persona en la línea moviendo sus pies de izquierda a derecha y de derecha a izquierda a través del fondo en un esfuerzo por sentir y localizar a la víctima; la línea se mueve al ritmo de la persona que camina más lento.
- La búsqueda en línea debe continuar de ida y vuelta a través del agua hasta localizar a la víctima.

## Búsqueda de línea de aguas profundas

Tanto el socorrista que vio que esto ocurrió como el socorrista principal que se está comunicando con el transeúnte que vio a la víctima deslizarse bajo el agua deben intentar de inmediato triangular la última posición conocida de la víctima. Para lograr esto, el socorrista debe:

- Tome nota visual de la última posición conocida de la víctima antes de sumergirse.
- Identificar rápidamente:
  - o un objeto estacionario más allá de esta posición; o un
  - objeto estacionario que sea perpendicular a esta posición y; o un objeto estacionario
  - que esté detrás de usted, el rescatador, en la costa.
- Estos tres objetos relativos a la última posición conocida de la víctima le permitirán mantener una marca de la profundidad y/o distancia desde la costa de la última posición conocida de la víctima, así como poder mantener la última posición conocida de la víctima en relación con la posición de la línea de búsqueda del salvavidas en el agua.
- A medida que lleguen más socorristas a la escena, cada uno de ellos entrará al agua con máscara y aletas (estarán a **FIGURA C.8.1**), formando una línea en la que una distancia de un brazo del socorrista de cada lado).
- El salvavidas de mayor antigüedad en el agua será el rescatista principal responsable de dirigir la línea de búsqueda y se comunicará directamente con el salvavidas en tierra. • La

línea debe comenzar ya sea contra la corriente o contra el viento desde la última posición conocida de la víctima; la persona más baja debe estar en la parte más baja del agua y la persona más alta en la parte más profunda del agua; la línea debe comenzar realizando una inmersión de cabeza en la superficie hasta el fondo y tomando el número de brazadas de natación bajo el agua preasignadas por el rescatista principal en la dirección de la última posición conocida de la víctima con cada socorrista en la línea moviendo sus manos, brazos y pies de izquierda a derecha y de derecha a izquierda a través del fondo y a través de la columna de agua y mirando visualmente a través del agua, todo en un esfuerzo por localizar a la víctima; los socorristas deben resurgir en posición vertical una vez que hayan completado el número preasignado de brazadas de natación bajo el agua; una vez que todos los socorristas hayan resurgido, el rescatista principal mueve la línea hacia el socorrista que esté más atrás.

- La búsqueda en línea debe continuar con este mismo patrón a través del agua hasta que se localice a la víctima; la búsqueda es asumida por los servicios EMS locales; o la búsqueda es finalizada por los servicios EMS locales.

Es vital que cada vez que los salvavidas estén sumergidos en el agua, por cualquier motivo, se utilice al menos una boya marcadora para notificar al tráfico de embarcaciones cercano sobre personas debajo de la superficie del agua.



Mask and fins to be used during a deep water submerged victim search.

**FIGURE C.8.1**



Any time lifeguards are performing and activity, including submerged victim deep water line searches, the "Diver Down" flag must be deployed.

**FIGURE C.8.2**



## Localización de la víctima sumergida

- Si los salvavidas localizan a la víctima durante una búsqueda con cuerda, ya sea en aguas profundas o poco profundas, se la debe llevar inmediatamente a la superficie del agua. Los salvavidas deben lograr esto por cualquier medio necesario, siendo la técnica más recomendable una que incluya:
  - en el que la víctima es agarrada por debajo de cada axila por uno o más socorristas.
- Una vez en la superficie, la víctima debe mantenerse boca arriba mientras se asegura que su cara esté fuera del agua.
  - Los socorristas deben trabajar en equipo para trasladar a la víctima a la orilla lo más rápido y eficientemente posible. Una vez en la playa, se debe evaluar a la víctima y brindarle la atención de emergencia adecuada según su condición.

## Diez Códigos

10-1	Recibiéndote mal	10-41	Se movió a un canal diferente
10-2	Recibiéndote bien	10-42	Accidente de tránsito ocurrido en.....
10-3	Este canal en uso	10-43	Congestión de tráfico ubicada en.....
10-4	Está bien, Roger, sí, lo entiendo.	10-44	Tengo un mensaje para.....
10-5	Transmitir el mensaje	10-45	Las estaciones de este canal se identifican
10-6	Ocupado, no puedo hablar ahora	10-50	Romper
10-7	Fuera de servicio	10-60	¿Cuál es el siguiente número de mensaje?
10-8	En servicio	10-62	No se puede copiar su transmisión. Utilice el teléfono
10-9	Por favor repita su último mensaje/transmisión 10-63 Net dirigido a.....		
10-10	Era 10-6. Ahora de guardia	10-64	Neto claro
10-11	Hablar demasiado rápido	10-65	Esperando tu próximo mensaje
Hay entre 10 y 12 visitantes presentes		10-67	Todas las unidades cumplen
10-13	Avisar de las condiciones meteorológicas	10-70	Incendio en.....
10-16	Hacer una recogida en 10-17	10-71	Continúe con su transmisión en código
Asuntos importantes 10-18 ¿Algo		10-73	Finalizar una conversación en la radio
para mí/nosotros?		10-77	No te recibo
10-19	Regreso a la sede/base 10-20 ¿Cuál es	10-81	Reservar hotel para.....
su ubicación actual?		10-82	Reservar habitación para.....
10-21	Contacto por teléfono 10-22	10-84	El número de teléfono es.....
Establecer contacto en persona con 10-23 En		10-85	La dirección es.....
espera 10-24 La		10-89	Se necesita reparador de radio
asignación está completa 10-25 Contactar		10-91	Hable más cerca del micrófono de la radio.
a otra estación por radio 10-26 Ignorar el último		10-92	Ajuste su transmisor
mensaje/transmisión 10-27 Estoy cambiando de canal.....		10-93	Consulta mi frecuencia en este canal
		10-94	Dame una cuenta larga
10-28	Identificación adecuada de la estación	10-99	Todas las unidades
10-29	Se acabó el tiempo para el	10-100	Parada de descanso
contacto 10-30	Viola las regulaciones		Se necesitan entre 10 y 200 policías en.....
10-31	Ya no viola las regulaciones		
10-32	Asesorará la legibilidad de la señal.		
10-33	Tráfico de emergencia únicamente en esta estación		
10-34	En problemas, necesito ayuda		
10-35	Asunto urgente que no se puede discutir por radio		
10-36	Control de tiempo		
10-37	Enviar grúa		
10-38	Lesiones, se requiere ambulancia		
10-39	Su mensaje ha sido entregado		

# Océano y Terminología de playa Definiciones y

**Amplitud:** distancia desde la posición de reposo del agua hasta la parte superior de la cresta de la ola.

**Backbeach:** la porción de arena suave de la playa antes de llegar a la carretera u otra ubicación fuera de la playa.

**Retrolavado:** flujo de agua que se dirige hacia afuera (o hacia el mar) y que quedó en la playa debido a olas anteriores. Fluye por debajo de las nuevas olas entrantes.

**Salobre:** una mezcla de agua salada y dulce.

**Contorno:** la elevación del fondo marino.

**Cresta:** el punto más alto de una ola.

**Cúspide:** el arco o arcos que se crean en la arena a partir de las olas entrantes y la salida posterior del agua de retorno.

**Corriente descendente:** la dirección en que las corrientes mueven arena, sedimentos y otros desechos.

**Marea baja:** período de tiempo durante el cual la marea está bajando.

**Alimentador:** flujo de agua paralelo a la costa que converge para formar el cuello (o comienzo) de una corriente de resaca.

**Búsqueda** – la distancia, sobre el agua, el viento sopla en una dirección.

**Zona intermareal:** área de playa que está bajo el agua durante la marea alta y expuesta al aire durante la marea baja. Sinónimo de zona intermareal.

**Frecuencia:** número de ondas que pasan por un punto fijo en un tiempo determinado.

**Espigón:** estructuras perpendiculares a la costa diseñadas para mitigar el transporte de sedimentos o la erosión de una playa y/o para mantener playas a la deriva.

**Barranco:** cañón o agujero submarino. Un barranco costero se refiere a una zona más profunda como resultado de un agujero en el fondo.

**Altura:** distancia entre la cresta y el valle consecutivos de una ola.

**Entrada:** un hueco o paso estrecho a través de una isla barrera que conduce a una bahía.

**Longshore** – sinónimo de litoral. Corriente que se crea por una serie de olas que llegan a la costa, se rompen y liberan ráfagas repentinas de energía que luego corren paralelas a la costa.

**Calma:** tiempo entre series de olas.

**Marea muerta:** describe la marea que ocurre inmediatamente después del primer o tercer cuarto de la fase lunar. Produce la menor diferencia entre mareas altas y bajas consecutivas.

**Offshore:** viento que sopla desde la tierra hacia el agua.

**En tierra:** viento que sopla desde el agua hacia la tierra.

**Exterior:** un área poco profunda que hace que las olas rompan más lejos de la costa y mucho más atrás de la rompiente "interior".

**Período:** tiempo que tardan dos crestas de onda consecutivas (o valles consecutivos) en pasar por un punto estacionario específico

**Plunging Breaker:** olas que se mueven a lo largo de un fondo con una pendiente pronunciada y pueden formar un tubo poderoso con enormes cierres.

**Salinidad:** cantidad o porcentaje de sal disuelta en el agua.

**Malecón:** estructura de defensa costera, generalmente construida por el hombre, para mitigar el impacto de los procesos costeros, incluidos, entre otros, la acción de las olas, la erosión, el viento y el oleaje de tormenta.

**Rompiente** – olas que rompen directamente en la costa, generalmente con gran impacto.

**Marea baja:** período de tiempo durante el cual la marea no sube ni baja.

**Rompiente derramada:** olas que se mueven a lo largo de un fondo en pendiente gradual y la cresta colapsa (o "rompe") la cara de la ola.

**Línea de surf:** punto en el que las olas impactan contra el contorno del fondo y forman "rompientes".

**Zona de surf:** área donde normalmente rompen las olas.

**Oleaje:** serie de ondas que se propagan a lo largo de la línea de agua/aire y que se ven influidas por la gravedad. El viento transfiere energía del aire al agua y el oleaje no se ve influido por los vientos locales, sino por sistemas meteorológicos distantes.

**Línea de marea:** punto más alto de una marea.

**Poza de marea:** agua de mar que queda en la zona intermareal durante la marea baja. **Valle:**

punto más bajo de una ola.

**Columna de agua:** el espacio lleno de agua entre la superficie del agua y el fondo.

**Onda:** movimiento circular del agua causado por la energía que se mueve a través del agua.

**Olas blancas:** durante la ruptura de una ola, el aire y el agua del mar se mezclan, lo que provoca olas blancas en las que hay un flujo turbulento de agua debajo de ellas.

# Curso de Instructor de Salvavidas S.1

A continuación **PARTE I** De este Manual del instructor, versión 2021 para todas las pautas de administración del programa. Cualquier administrativo se incluye información de referencia específica del curso de Instructor de salvavidas WASH S.1.

## Diseño de programas

El curso de Instructor de socorristas S.1 de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) está diseñado para capacitar y preparar de manera eficaz a los candidatos/participantes que hayan aprobado el curso para impartir cursos de socorristas WASH a nivel de proveedor a otras personas. Los requisitos previos para inscribirse en el curso de Instructor de socorristas WASH S.1 incluyen:

- Tener al menos dieciocho (18) años de edad.
- Tener una certificación de proveedor de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) vigente, válida y verificable. certificación Y la capacidad de proporcionar documentación verificable de, como mínimo, cinco (5) años de certificación válida y continua de salvavidas de un organismo de certificación reconocido a nivel nacional y/o internacional.
- Experiencia suficiente para comunicar eficazmente el contenido y brindar las capacitaciones de salvavidas (la capacidad de proporcionar, como mínimo, cinco años de experiencia laboral exitosa y verificable como salvavidas satisfaría este requisito).
- Tener un certificado válido de ASHI, una empresa HSI, BLS e Instructor de primeros auxilios y estar alineado con un Centro de capacitación ASHI O regístrese para este curso en la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) como parte del curso de capacitación de Instructor de salvavidas WASH S.1.

El curso de Instructor de socorristas WASH S.1 se ofrece actualmente como una clase de formato combinado y se requiere la asistencia a todas las sesiones presenciales. El objetivo del curso es desarrollar una comprensión de los principios básicos de la enseñanza y el aprendizaje y desarrollar habilidades de enseñanza. Los requisitos para completarlo con éxito incluyen:

- Demostrar todas las habilidades físicas requeridas en los cursos de nivel de proveedor.
- Cumplir con todos los objetivos del curso
- Aprobar el examen final de nivel de proveedor con una puntuación mínima del ochenta (80) por ciento
- Impartir con éxito dos (2) lecciones asignadas del curso de nivel de proveedor.
- Realizar prácticas de habilidades para los participantes
- Realizar evaluación final de habilidades

La certificación de Instructor de Salvavidas WASH S.1 tiene un período de validez de dos (2) años. El curso de Instructor de Salvavidas WASH S.1 solo debe tomarse una vez. Una vez que un candidato completa el curso con éxito, la renovación no requiere ningún tipo de curso de recertificación. En cambio, los requisitos de renovación incluyen:

- Actuar como Instructor S.1 registrado para, al menos, un curso de Certificación de Salvavidas WASH durante el Programa de Salvavidas. Período de validez de la certificación de Instructor S.1.
- Completar con éxito todas y cada una de las actualizaciones de WASH Instructor S.1 que puedan publicarse durante la certificación. Período de validez.
- Mantener un certificado válido de ASHI, de una empresa HSI o de Instructor de BLS/Primeros Auxilios.
- Permanecer afiliado o alineado con un Centro de capacitación autorizado (ATC) de WASH y un Centro de capacitación de ASHI.

## Equipos y materiales

- Manuales del estudiante y manual del instructor (la versión más actualizada se encuentra en el portal en línea WASH).
- Presentaciones de diapositivas del curso de instructor y del curso de salvavidas a nivel de proveedor
- Videoclips de habilidades
- Formulario de comentarios sobre la demostración de la lección (LDFF)
- Formulario de evaluación de habilidades (SAF) y formulario de evaluación de habilidades del candidato a instructor (ICSAF)
- Solicitud de Autorización de Estudiante (SAR)
- Directrices de garantía de calidad (la versión más actualizada se encuentra en el portal en línea de WASH)
- Esquema del curso para proveedores
- Instructores informados

## Centros de Formación Autorizados e Instructores Autorizados

Los candidatos que completen con éxito el Curso de Instructor de Salvavidas WASH S.1 no están autorizados a enseñar ningún curso WASH hasta que y a menos que:

- Se afilia o se convierte en un [Centro de capacitación autorizado de WASH](#)
- Posee u obtiene una certificación válida de ASHI, una empresa HSI, Instructor de soporte vital básico (BLS)/primeros auxilios
- Se afilia o se convierte en un Centro de capacitación de ASHI

Los centros de capacitación autorizados (ATC) y los instructores tienen o tendrán acceso al [portal en línea para instructores y ATC de WASH](#). Se trata de un área protegida con contraseña del sitio web de WASH, diseñada específicamente para ayudar a los ATC y a los instructores con la administración y la impartición de cursos, y es un área para la información general y las actualizaciones de WASH que se anunciarán públicamente. Este portal en línea contiene manuales de programas, listas de precios actuales, documentación administrativa de cursos, videos de cursos, presentaciones de diapositivas de cursos y mucho más.

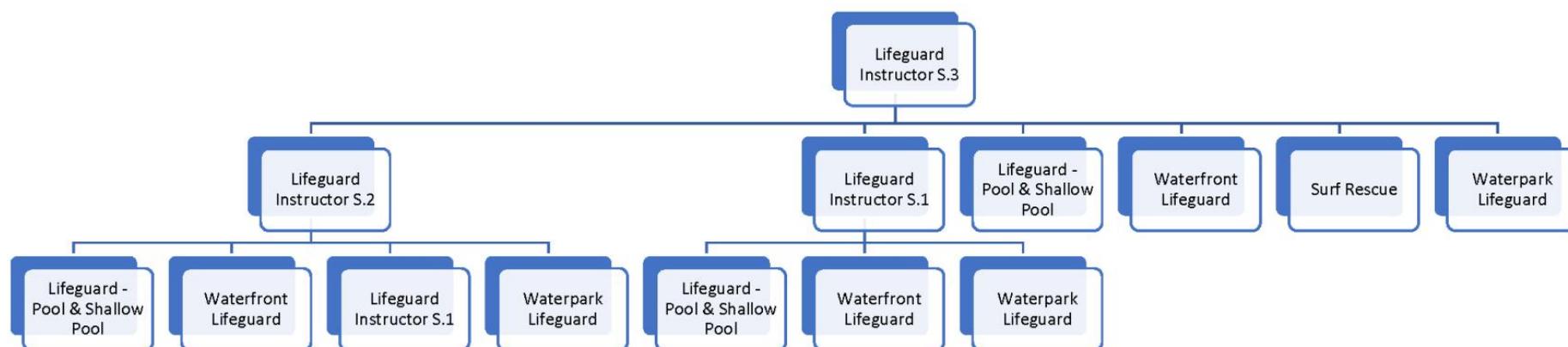
Una vez impartido un curso, un instructor puede optar por enviar la Solicitud de autorización de estudiante (SAR) por correo electrónico, correo postal o [en línea](#) utilizando el ATC y el Portal en línea del instructor.

El documento [Instructores informados](#) proporciona tanto a los ATC como a los instructores una descripción general amplia de cómo está diseñado para funcionar el programa WASH.

## Jerarquía de instructores



### Instructor Hierarchy Chart



## Instructor S.1 Impartición del curso

## Descripción del curso

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas		Tiempo aproximado (minutos)
	Contenido/Conocimiento	Habilidades	
Introducción y expectativas	Describe las habilidades necesarias para brindar una capacitación efectiva, las expectativas y los requisitos del curso a los candidatos a instructores.		10
Demostración de habilidades	Describir y explicar cómo ejecutar eficazmente una demostración de habilidades a los candidatos a instructores.	Realizar demostraciones de habilidades para candidatos a instructores.	180
Sesión práctica de habilidades de dirección	Describe cómo llevar a cabo una sesión de práctica de habilidades brindando retroalimentación y entrenamiento.	Realizar sesiones de práctica de habilidades proporcionando retroalimentación y entrenamiento.	120
Uso de presentaciones con diapositivas y videoclips como guía Discusión y mini conferencias	Explique cómo utilizar eficazmente la presentación de diapositivas y los videoclips del curso para transmitir contenido y guiar la práctica de habilidades.		90
Impartir lecciones	Describir cómo facilitar aprender impartiendo una lección eficaz.	Demostrar la eficacia lección(es).	240
Realización de la evaluación final de habilidades	Describe cómo realizar eficazmente una evaluación final de las habilidades de los candidatos a instructores.	Realizar una práctica eficaz evaluación.	120
Desarrollo continuo de instructores	Explique el propósito de la capacitación inicial brindada en el curso de Instructor WASH S.1 y el propósito de la educación continua.		15
Administración del curso	Explique cómo completar la documentación requerida del curso.	Demostrar la finalización de toda la documentación requerida del curso.	45
Portal en línea para instructores y ATC	Explicar y demostrar cómo navegar por el portal en línea de instructores y ATC de WASH y qué recursos están disponibles para los instructores.		45
Examen final escrito	Demostrar contenido conocimiento.		45
Desempeño de habilidades	Demostrado a lo largo del curso y requisitos previos.		

Tiempo Total: 15 HORAS, 10 MINUTOS \*

\*Los tiempos recomendados para las lecciones y los cursos se basan en una proporción de 1:6 entre instructores y candidatos. Estos tiempos recomendados NO tienen en cuenta los descansos y las transiciones. Los descansos (de 5 a 10 minutos) deben proporcionarse cada 1 hora. 1,5 horas a lo largo del curso. WASH reconoce que hay muchas variables que influyen en estos tiempos recomendados, entre ellas, la distribución de las instalaciones, la experiencia y la formación previa de los candidatos a instructores, la competencia de los candidatos a instructores, la proporción de equipos y la proporción de Instructores S.1 de WASH por candidato a instructor.

## Objetivos del curso WASH Instructor S.1

El Instructor de salvavidas S.2/S.3 de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) que imparte el curso de Instructor de salvavidas S.1 de WASH:

- Impartir el curso de acuerdo con la versión más actualizada del Manual de Garantía de Calidad WASH. Pautas.
- Impartir el curso de acuerdo con el esquema del curso, el plan de estudios y los manuales.
- Planificar y preparar eficazmente las lecciones del curso y utilizar los recursos del curso WASH.
- Evaluar las habilidades físicas, el conocimiento del contenido, la capacidad de enseñanza y presentación, y la retroalimentación y Habilidades de evaluación de cada candidato.
- Brindar retroalimentación constructiva a cada candidato que sea enfocada, específica, detallada y que ayude al candidato. mejorar.
- Modelar profesionalismo, organización y preparación eficaz. • Mantener una proporción adecuada de candidatos por instructor y de candidatos por equipo, según las pautas de WASH. para estas proporciones.
- Explicar eficazmente cómo acceder y navegar por el sistema de portal en línea del instructor y del ATC de WASH.
- Mantener y presentar oportunamente toda la documentación requerida del curso.

Al finalizar este curso de capacitación, todos los candidatos a Instructor de salvavidas S.1 de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) podrán:

- Demostrar todas las habilidades físicas requeridas en los cursos de salvavidas de nivel proveedor WASH.
- Explicar y demostrar el uso eficaz de los recursos del curso, incluidos: presentaciones de diapositivas, videoclips de habilidades, manuales, esquemas.
- Demostrar la capacidad de diseñar planes de lecciones efectivos.
- Demostrar técnicas efectivas de conferencias, técnicas de facilitación, técnicas de preguntas guiadas y pequeñas práctica de grupo.
- Evaluar de manera eficiente y eficaz las habilidades de salvavidas de los participantes del curso a nivel de proveedor.
- Proporcionar retroalimentación constructiva y eficaz a los participantes del curso a nivel de proveedor.
- Demostrar una profunda comprensión y familiaridad con el plan de estudios, los esquemas y los materiales de capacitación del proveedor WASH. manuales.

## Actividades para impartir el curso WASH S.2 para instructores

### Introducción y expectativas

A todos los instructores de WASH se les debe enseñar a crear un entorno de aprendizaje que sea acogedor y seguro para todos los participantes.

Esto comienza con la interacción inicial entre el instructor y cada participante o candidato.

Los instructores WASH S.2 deben asegurarse de:

- Saludar a los candidatos a medida que llegan.
  - o Llegar lo suficientemente temprano para estar instalado antes de la llegada del primer candidato.
  - o Salude a los candidatos presentándose de manera amigable, profesional y acogedora.
  - o Explicar el diseño del entorno de aprendizaje y la información general de seguridad a los candidatos.
  - o Explicar las expectativas del curso a los candidatos.
- Comenzar y finalizar el curso a tiempo.
  - o Sea considerado con el tiempo de los candidatos y asegúrese de comenzar y terminar a tiempo. Si algunos requieren de una capacitación adicional o de tiempo adicional, considere trabajar con ellos de una manera que permita que los candidatos restantes se retiren a tiempo.
  - o Considere la posibilidad de utilizar una actividad de calentamiento para comenzar el curso y cada lección. Esto puede brindarle información valiosa sobre el nivel de conocimientos y experiencia previos de los candidatos.
  - o Intente establecer una relación con cada candidato. Esto puede lograrse haciendo preguntas, siendo interesados en conocer su formación previa y el motivo por el que decidieron inscribirse en el curso, y/o sobre su profesión elegida.
    - o Compartir el esquema del curso y el itinerario general con los candidatos.
- Demostración de habilidades
- Realización de sesiones prácticas de habilidades
- Uso de presentaciones de diapositivas y videoclips para guiar debates y miniconferencias
- Impartir dos lecciones asignadas del curso de nivel de proveedor
- Realización de la evaluación final de habilidades
- Desarrollo continuo de instructores
- Administración del curso
- Portal en línea para instructores y ATC
- Examen final escrito
  - o Describir los requisitos para completar con éxito el curso.
- Asignar a cada candidato a instructor dos lecciones de curso de nivel de proveedor para prepararlo para su presentación más adelante en el curso.
- Concluya siempre cada lección del curso con un resumen que incluya una oportunidad para que los candidatos procesen y reflexionen sobre lo aprendido. Asegúrese de permitir que los candidatos hagan preguntas antes de pasar a la siguiente lección.

### Demostración de habilidades

- El Instructor WASH S.2 verifica todas las habilidades del curso a nivel de proveedor para cada candidato a Instructor WASH S.1
  - El Instructor WASH S.2 demuestra todas las habilidades del curso de nivel de proveedor mientras explica a los candidatos del Instructor WASH S.1 cómo enseñar de manera efectiva cada habilidad en un curso de nivel de proveedor •
- Cada demostración debe completarse primero en tierra firme y debe ser desde el comienzo de la habilidad y continuar directamente hasta el final de la habilidad.
- Demuestre cada habilidad una segunda vez en tierra firme hablando en voz alta sobre cada detalle de la habilidad que se está realizando
  - Demuestre cada habilidad en el agua
  - Hacer preguntas

- Cada candidato a instructor demuestra cada una de las habilidades del curso de nivel de proveedor.
- El Instructor WASH S.2 proporciona retroalimentación a los candidatos a instructores y evalúa la capacidad de cada candidato para demostrar de manera competente cada habilidad a los participantes del curso.
- Hacer preguntas

#### Realizar una sesión de práctica de habilidades

- El instructor WASH S.2 demostrará cómo completar eficazmente una sesión de práctica de habilidades.
  - El Instructor WASH S.2 elegirá una habilidad y llevará a cabo una sesión práctica con los candidatos a instructores
  - El Instructor WASH S.2 asignará un candidato a instructor para que actúe como 'Instructor WASH S.1' y algunos otros candidatos para que actúen como 'participantes del curso a nivel de proveedor'
  - El 'Instructor WASH S.1' llevará a cabo una sesión de práctica de habilidades de su elección con los 'participantes del curso de nivel de proveedor', brindándoles retroalimentación y orientación.
  - Después de practicar lo suficiente, se le pedirá a cada "participante del curso de nivel de proveedor" que realice cada habilidad requerida para la evaluación. La evaluación debe documentarse en el [Formulario de evaluación de habilidades \(SAF\) que se encuentra en](#) Apéndice do
- El Instructor WASH S.2 proporciona retroalimentación a los candidatos a instructores y evalúa la capacidad de cada candidato para realizar de manera competente y eficaz una sesión de práctica de habilidades con los participantes del curso.
- Cada candidato a instructor debe completar con éxito una sesión de práctica de habilidades.
- Hacer preguntas

#### Utilice presentaciones de diapositivas y videoclips para guiar miniconferencias

- El instructor WASH S.2 ofrece la presentación de diapositivas del curso a nivel de proveedor por capítulo.
- El instructor WASH S.2 muestra cada videoclip del curso de nivel de proveedor correspondiente inmediatamente después de completar la parte de la presentación de diapositivas de ese capítulo.
- Enfatizar los puntos clave inmediatamente después de que se hayan presentado las diapositivas y los videoclips de cada capítulo.
- Hacer preguntas
- Revisar los objetivos de aprendizaje del capítulo que deben estar respaldados por las diapositivas y los videoclips.
- Evaluar informalmente la comprensión de los candidatos
- Hacer preguntas

#### Impartir lecciones

- Los candidatos a instructor presentarán dos lecciones cada uno y otros candidatos a instructor actuarán como proveedores de cursos.
- Cada candidato a instructor debe utilizar el modelo WASH para la impartición de cursos y lecciones:
  - Mini-conferencia guiada por la presentación de las diapositivas del capítulo/lección correspondiente
  - Presentar videoclips del capítulo/lección correspondiente
  - Demostrar las habilidades presentadas en el capítulo/lección
  - Realizar sesiones de práctica de habilidades para las habilidades del capítulo/lección.
  - Dar tiempo a los participantes del curso para procesar, reflexionar y hacer preguntas sobre el contenido y las habilidades del curso.

- El instructor de WASH S.2 realiza una sesión informativa posterior a la presentación de la lección de cada candidato.

Debe ocurrir en tres etapas:

- Permitir que el candidato a instructor se autoevalúe y brinde sus opiniones sobre lo que salió bien y las áreas que podrían mejorarse • Permitir que otros candidatos a instructores brinden comentarios
- El instructor WASH S.2 brinda retroalimentación para garantizar que el enfoque sea el refuerzo positivo incluso cuando comparte áreas que requieren mejoras.
- Hacer preguntas

#### Demostraciones de lecciones para candidatos

- Cada candidato a Instructor WASH S.1 demostrará la realización de dos lecciones asignadas y será evaluado Utilizando el formulario de retroalimentación de demostración de lección (LDFF)
- El Instructor de Salvavidas WASH S.2/S.3, así como los demás candidatos a Instructor WASH S.1, deben completar una LDFF para cada demostración de lección; esta es una gran oportunidad para practicar la retroalimentación.
- Las demostraciones de lecciones permitirán que cada candidato a Instructor WASH S.1 adquiera experiencia con: planificación de lecciones; navegación por los manuales WASH y otros recursos de enseñanza; organización y conducción de sesiones de habilidades; evaluación de las habilidades de los participantes; provisión de retroalimentación constructiva; y cronometraje de los componentes de la lección • Al

asignar las demostraciones de lecciones, el Instructor WASH S.2/S.3 debe asegurarse de que cada candidato adquiera

Experiencia en la impartición de lecciones tanto basadas en conferencias como basadas

en habilidades • Durante cada demostración de lección, los candidatos a Instructor WASH S.1 deben demostrar un uso eficaz de:

- |   |   |
|---|---|
| • Instructora WASH Manual                     | • Habilidades WASH Formulario de evaluación (SAF) |
| • Diapositiva del curso WASH Presentación(es) | • Curso WASH Esquema(s)                           |
| • Vídeo sobre habilidades WASH Clips          | • Otras enseñanzas sobre WASH recursos            |

#### Realizar evaluación final de habilidades

- El instructor WASH S.2 demostrará cómo completar de manera efectiva una evaluación final de habilidades utilizando la [rúbrica de Sección](#) NO SOTROS [Habilidades A, Banda](#) do en el [Formulario de Evaluación de Habilidades \(SAF\)](#) que se encuentra en [Apéndice](#) do [puntuación de habilidades finales](#) encontrado en [Apéndice](#) D

- El Instructor WASH S.2 asignará a un candidato a instructor para que actúe como 'Instructor WASH S.1' y a otro Candidato a instructor que actuará como 'participante del curso a nivel de proveedor'
- El 'Instructor WASH S.1' realizará una evaluación final de habilidades con un 'participante del curso de nivel de proveedor' • El Instructor

WASH S.2 proporciona retroalimentación a los candidatos a instructores y evalúa la capacidad de cada candidato para

Realizar de manera competente y eficaz una evaluación final de habilidades con los participantes del curso.

- Cada candidato a instructor debe completar con éxito una evaluación final completa de habilidades y aprobar Completar la documentación requerida
- Hacer preguntas

#### Desarrollo continuo de instructores

- Explique que el curso de Instructor de socorristas WASH S.1 está diseñado para sentar las bases para los instructores. Debe complementarse con una capacitación y un desarrollo profesional constantes y constantes.
- Explicar que la capacitación más valiosa y productiva es la enseñanza real de las clases. • Alentar a los candidatos a instructores a utilizar las habilidades de instrucción desarrolladas durante el curso WASH Lifeguard Instructor S.1. Curso lo antes y con la mayor frecuencia posible

- Incentive a los candidatos a instructores a:
  - Las habilidades pueden degradarse con el tiempo sin uso.
  - Practica las habilidades con frecuencia
  - Dar clases con frecuencia
  - Busque un mentor: un instructor experimentado que pueda guiarlo, apoyarlo y ofrecerle información productiva.  
comentario
  - Asistir a conferencias, talleres, simposios y otras reuniones de crecimiento profesional • Unirse a grupos de discusión en línea y establecer contactos con otros instructores
- Hacer preguntas

## Portal en línea para instructores y ATC

- Proporcionar una descripción general del sitio web de WASH y cómo navegar por él.
- Ayudar a los candidatos a instructores a configurar una cuenta en el Portal WASH en línea
- Discutir y explicar los recursos del curso ubicados en el portal en línea.
  - Se deben descargar videoclips para que la clase nunca se interrumpa por fallas o falta de servicio de Internet.
  - Las presentaciones de diapositivas deben descargarse para que la clase nunca se interrumpa por fallas o falta de servicio de Internet.
  - Se deben descargar los manuales del estudiante y del instructor para que la clase nunca se interrumpa por falta de material o errores.  
servicio de internet
- Hacer preguntas
- Explicar el uso de los formularios y documentos administrativos ubicados en el portal en línea. • Demostrar dónde encontrar y cómo utilizar la opción de envío en línea para la Solicitud de Autorización de Estudiante (SAR) dentro del portal.
- Explicar el [Programa de Becas WASH](#)
- Hacer preguntas

## Examen final escrito

- Cada candidato a instructor debe completar con éxito el examen escrito final con una puntuación mínima de noventa (90) por ciento

La Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) reconoce que no hay dos clases iguales y que los conocimientos previos, la competencia en habilidades, la formación y la experiencia previas y las necesidades de aprendizaje pueden variar ampliamente de una clase a otra, así como de un participante del curso a otro. Los cursos WASH están diseñados con una flexibilidad incorporada para que los instructores se adapten a las necesidades de los participantes del curso. Por ejemplo, un instructor puede considerar cualquiera o todos los siguientes aspectos:

- Práctica guiada por vídeo
- Pedirle a otro participante del curso cuyas habilidades sean altamente competentes que demuestre y/o practique con otros participantes del curso • Trabajar individualmente  
con los participantes según lo permita el tiempo
- Hable con los participantes sobre las posibles barreras que impiden el proceso de aprendizaje (es decir, barreras lingüísticas, discapacidad de aprendizaje, etc.) y cómo podría ayudar a mejorar el desempeño.

## Impartición de un curso a nivel de proveedor

### Introducción

Se debe enseñar a los instructores a crear un entorno de aprendizaje que sea acogedor y seguro para todos los participantes. Esto comienza con la interacción inicial entre el instructor y cada participante del curso.

Los instructores deben asegurarse de:

- Saludar a los participantes a medida que llegan.
  - o Llegar lo suficientemente temprano para estar instalado antes de la llegada del primer participante.
  - o Salude a los participantes presentándose de manera amigable, profesional y acogedora.
  - o Explicar el diseño del entorno de aprendizaje y la información general de seguridad a los participantes.
  - o Explicar las expectativas del curso a los participantes.
- Comenzar y finalizar el curso a tiempo.
  - o Sea considerado con el tiempo de los participantes y asegúrese de comenzar y terminar a tiempo. Si algunos requieren clases de refuerzo o tiempo adicional, considere trabajar con ellos de una manera que permita que los demás participantes del curso se retiren a tiempo.
  - o Considere utilizar una actividad de calentamiento para comenzar el curso y cada lección. Esto puede brindarle con información valiosa sobre el nivel de conocimientos y experiencia previos de los participantes
  - o Intente establecer una relación con cada participante. Esto puede lograrse haciendo preguntas, interesándose por conocer su formación previa y el motivo por el que decidió inscribirse en el curso, y/o su profesión elegida.
  - o Compartir el itinerario general del curso con los participantes
    - Finalización exitosa del módulo en línea a su propio ritmo (si está inscrito en el curso de formato combinado)
    - Asistencia a todas las sesiones de clase presenciales
    - Demostración exitosa de habilidades
    - Finalización exitosa de la evaluación final de habilidades
    - Aprobación satisfactoria del examen final escrito
  - o Describir los requisitos para completar con éxito el curso.
- Concluya siempre cada lección del curso con un resumen que ofrezca a los participantes la oportunidad de procesar y reflexionar sobre lo aprendido. Asegúrese de permitir que los participantes formulen preguntas antes de pasar a la siguiente lección.

### Presentación de contenidos a los participantes del curso

La presentación del contenido del curso debe mantenerse estandarizada durante todo el curso. Las siguientes pautas generales deben utilizarse en el orden indicado para cada capítulo del curso. Los instructores deben asegurarse de que se sigan cada uno de estos cinco pasos para cada capítulo antes de presentar el capítulo siguiente.

Todos los instructores deben seguir estas pautas generales para presentar el contenido:

1. Miniconferencia guiada con presentación de diapositivas por capítulo
  - Objetivos del Capítulo Estatal
  - Utilice la presentación de diapositivas de un capítulo a la vez y no se debe presentar el siguiente capítulo hasta que se hayan completado los pasos 2 a 5 para el capítulo.
  - Hacer preguntas
2. Videoclips por capítulo y habilidad correspondiente
  - Revisar y enfatizar los puntos clave
    - Consulte las páginas correspondientes en el Manual del estudiante.
    - Hacer preguntas a los estudiantes con fines de evaluación informal.

### 3. Demostración del instructor de cada habilidad en cada capítulo

- La demostración debe comenzar desde el comienzo de la habilidad y continuar hasta el final de la misma.

habilidad

- Demuestre cada habilidad una segunda vez hablando en voz alta sobre cada detalle de la habilidad que se está realizando • Haga preguntas

### 4. Práctica de habilidades y/o actividad estudiantil por parte del estudiante

o Hacer preguntas

o Practica primero en tierra firme

o Practica en el agua segundo

- Supervisar continuamente la práctica de las habilidades de todos los participantes, brindándoles retroalimentación inmediata y constructiva y orientación para que todos los participantes la escuchen y se aseguren de que las habilidades se practiquen correctamente. La orientación debe incluir tanto refuerzo positivo como sea posible.

- Practica solo (con compañeros si la habilidad lo requiere) • Practica

con compañeros

- Práctica guiada con el instructor que proporciona escenarios para que los participantes trabajen en ellos.

o Hacer preguntas

### 5. Los estudiantes tuvieron tiempo para procesar, reflexionar y hacer preguntas antes de pasar al siguiente capítulo.

## Evaluación formal de los participantes en el curso a nivel de proveedor

En todos los cursos de capacitación sobre agua, saneamiento e higiene se requiere la evaluación de todos los participantes. La evaluación formal se realiza de dos maneras:

- Evaluación de habilidades

El instructor debe utilizar el [Formulario de evaluación de habilidades \(SAF\)](#) al realizar la evaluación de habilidades. Los instructores deben utilizar la [rúbrica de calificación final de habilidades](#) para las últimas tres habilidades. Se debe completar un formulario para cada participante del curso. Al realizar una evaluación de habilidades, el instructor debe hacer todo lo posible para limitar la vergüenza o la humillación de cualquier estudiante y limitar las interrupciones a otros participantes que puedan estar preparándose para su propia evaluación de habilidades.

El instructor debe asegurarse de que todas las partes requeridas del [Formulario de evaluación de habilidades \(SAF\)](#) estén completas para cada participante del curso. Firme y feche cada formulario. El instructor y el ATC los conservan durante un mínimo de tres (3) años. WASH se reserva el derecho de inspeccionar estos formularios durante este período durante las revisiones generales de control de calidad y/o para fines relacionados. a una investigación formal de garantía de calidad.

El instructor debe permitir que cualquier estudiante que no haya cumplido con el objetivo de una o más habilidades sea reevaluado después de la corrección necesaria. Si un estudiante no puede cumplir con el objetivo de una o más habilidades en el segundo intento, ese estudiante debe volver a intentar la clase completa en una fecha posterior.

- Examen final escrito

Cada participante debe obtener un mínimo del ocho (80) por ciento en el examen escrito final como uno de los requisitos para obtener la certificación. Este examen se realiza al finalizar el curso WASH; es un examen a libro cerrado; y debe ser supervisado por un instructor de WASH. Tanto el examen como la clave de respuestas del examen se pueden encontrar en el Manual del instructor de WASH, v.2021 en los Apéndices A y B respectivamente. Tenga en cuenta que la clave de respuestas del examen es un documento confidencial y no debe compartirse con ninguna persona.

El instructor registrado de un curso WASH debe completar y enviar una [Solicitud de autorización de estudiante \(SAR\)](#) por cada participante inscrito en el curso. Este es el registro oficial del curso y lo conserva la oficina corporativa de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) durante un período mínimo de siete (7) años. Este también es el formulario que utiliza WASH para emitir certificados de salvavidas a los participantes que aprueben el curso. Este formulario también se puede completar y enviar en [línea en el Portal en línea para instructores y ATC.](#)

# Curso de transición de instructor de salvavidas

## Propósito del curso

El curso de transición para instructores de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) es un módulo en línea y una verificación de habilidades en persona diseñado para instructores de salvavidas con autorización/certificación/licencia válida y verificable de un organismo de certificación reconocido a nivel nacional y/o internacional que deseen convertirse en instructores del programa de certificación de salvavidas de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH).

La Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) reconoce y honra una autorización de instructor de salvavidas válida y verificable otorgada por un organismo de certificación reconocido a nivel nacional y/o internacional. Con este fin, cuando un candidato presenta una autorización de instructor de salvavidas vigente y completa con éxito los pasos enumerados en "Requisitos del curso", se emitirá una certificación de instructor de salvavidas de WASH en el mismo nivel en el que el candidato está actualmente autorizado por el otro organismo de certificación.

Este es un curso a su propio ritmo que está diseñado para completarse de forma independiente.

## Requisitos del curso

- Presentación de Certificado de Instructor de Salvavidas válido y verificable emitido por otro organismo certificador reconocido a nivel nacional y/o internacional.
- Presentación de ASHI válido, una empresa HSI, certificado de Instructor de Soporte Vital Básico (BLS) O finalización exitosa del ASHI Curso de desarrollo de instructores (IDC) y ASHI Solicitud de nuevo instructor
- Afiliarse a un centro de capacitación de ASHI O solicitar convertirse en un centro de capacitación de ASHI completando el ASHI Solicitud de ingreso al centro de formación
- Módulo de transición de instructor en línea a su propio ritmo con éxito
- Demostración y verificación exitosa de todas las habilidades físicas del programa de salvavidas WASH Revisar,
- en su totalidad, el programa de certificación de salvavidas WASH, incluidos los manuales del instructor y del estudiante; todos los videoclips del curso; presentaciones de diapositivas del curso; pautas de garantía de calidad; documentos del programa y del curso (es decir, instructores informados, formulario de evaluación de habilidades, rúbrica de puntuación final de habilidades, solicitud de autorización del estudiante, etc.)
- Completar, firmar y enviar el Instructor autorizado de WASH y Contrato de Centro de Capacitación Autorizado (CTA)

## Procedimientos administrativos del curso

1. Inscribise en el [curso de transición para instructores de WASH](#)
2. [Envíe](#) una copia de una autorización/certificación/licencia de instructor de salvavidas válida y verificable de un organismo de certificación reconocido a nivel nacional y/o internacional.
3. Una vez que se cargue una autorización/certificación/licencia de instructor de salvavidas válida de un organismo de certificación reconocido a nivel nacional, recibirá un correo electrónico con un enlace para acceder al módulo de transición de instructor en línea a su propio ritmo.
4. Revisión completa del programa de certificación de salvavidas WASH
5. Presentar copias de: ASHI válido, una empresa HSI, certificado de Instructor de Soporte Vital Básico (BLS) O finalización de un Solicitud de nuevo instructor de ASHI Y prueba de afiliación a un centro de capacitación de ASHI O presentar la solicitud por Completando el Solicitud de ingreso al centro de capacitación ASHI
6. Completar, firmar y enviar el Instructor autorizado de WASH y Contrato de Centro de Capacitación Autorizado (CTA)

PARTE

# Curso de Instructor de Salvavidas S.2

A continuación **PARTE I** De este Manual del instructor, versión 2021 para todas las pautas de administración del programa. Cualquier administrativo se incluye información de referencia específica del curso de Instructor de salvavidas WASH S.2. Tenga en cuenta: WASH Salvavidas Instructor S.3 es ~~Certificación~~ Sólo disponible a Academia Mundial de Seguridad y Programa de salud (WASH) y curso en esta vez.

## Diseño de programas

El curso de Instructor de socorristas S.2 de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) está diseñado para capacitar y preparar de manera eficaz a los candidatos/participantes que aprueben el curso de Instructor de socorristas S.1 de WASH a otras personas. Los requisitos previos para inscribirse en el curso de Instructor de socorristas S.2 de WASH incluyen:

- Poseer un certificado de Instructor de Salvavidas S.1 de la Academia Mundial de Seguridad y Salud vigente, válido y verificable.
- Mantuvo un certificado de Instructor de Salvavidas S.1 de la Academia Mundial de Seguridad y Salud durante, al menos, dos (2) años.
- Experiencia suficiente para comunicar eficazmente el contenido e impartir las capacitaciones de instructores de salvavidas.
- Con buena reputación en la Academia Mundial de Seguridad y Salud como Instructor de Salvavidas S.1
- Se desempeñó como instructor principal registrado para la entrega exitosa de, al menos, un (1) curso de salvavidas de nivel de proveedor de la Academia Mundial de Seguridad y Salud en cada período de doce (12) meses mientras poseía un certificado de Instructor de salvavidas WASH S.1
- Carta de recomendación escrita del empleador

El curso de Instructor de socorristas WASH S.2 se ofrece actualmente como una clase de formato combinado y se requiere la asistencia a todas las sesiones presenciales. El objetivo del curso es desarrollar una comprensión de los principios básicos de la enseñanza y el aprendizaje y desarrollar y perfeccionar las habilidades de instrucción y evaluación. Los requisitos para completarlo con éxito incluyen:

- Demostrar todas las habilidades físicas requeridas en los cursos de nivel de proveedor.
- Cumplir con todos los objetivos del curso
- Aprobar el examen final de nivel de proveedor con una puntuación mínima del ochenta (80) por ciento
- Impartir con éxito cuatro (4) lecciones asignadas del curso WASH Lifeguard Instructor S.1 Realizar prácticas de habilidades para los participantes
- Realizar evaluación final de habilidades
- WASH utiliza un modelo de aprendizaje: debe impartir conjuntamente los dos primeros cursos de Instructor de socorristas S.1 y registrar y enviar el tercer curso para su revisión. Si estos tres cursos se imparten con éxito según las Pautas de garantía de calidad de WASH, v.101, concluye el período de prueba.

La certificación de Instructor de Salvavidas WASH S.2 tiene un período de validez de dos (2) años. El curso de Instructor de Salvavidas WASH S.2 solo debe tomarse una vez. Una vez que un candidato completa el curso con éxito, la renovación no requiere ningún tipo de curso de recertificación. En cambio, los requisitos de renovación incluyen:

- Actuar como Instructor S.2 registrado para, al menos, un curso de Certificación de Salvavidas WASH durante el Programa de Salvavidas. Período de validez de la certificación de Instructor S.2.
- Completar con éxito todas y cada una de las actualizaciones de WASH Instructor S.2 que puedan publicarse durante la validez de la certificación. período.
- Mantener un certificado válido de ASHI, de una empresa HSI o de Instructor de Primeros Auxilios/BLS (IT).
- Permanecer afiliado o alineado con un Centro de capacitación autorizado (ATC) de WASH y un Centro de capacitación HSI/ASHI.

## Equipos y materiales

- Manuales del estudiante y manual del instructor (la versión más actualizada se encuentra en el portal en línea WASH).
- Presentaciones de diapositivas del curso para instructores
- Formulario de planificación de lecciones (LPF)
- Formulario de comentarios sobre la demostración de la lección (LDFF)
- Formulario de evaluación de habilidades del candidato a instructor (CIAPA)
- Solicitud de autorización de estudiante (RAE)
- Directrices de garantía de calidad (la versión más actualizada se encuentra en Portal en línea WASH)
- Esquema del curso de Instructor de socorristas WASH S.1 y S.2
- Instructores informados

## Impartición del curso por parte del instructor S.2

## Descripción del curso

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas		Tiempo aproximado (minutos)
	Contenido/Conocimiento	Habilidades	
Introducción y expectativas	Describir las habilidades necesarias para brindar una capacitación eficaz, las expectativas del curso y los requisitos para los salvavidas. Instructor candidatos S.2.		20
Descripción general del plan de estudios y del programa	1.) Revise los cursos de nivel de proveedor e instructor de WASH. 2.) Revisar los prerrequisitos & exitoso requisitos de finalización para cada programa/curso de nivel de proveedor e instructor de WASH. 3.) Revise al proveedor y Curso de nivel de instructor recursos.		30
Impartir lecciones	Describe cómo facilitar el aprendizaje impartiendo una lección eficaz.	Demostrar la eficacia de las lecciones del Instructor de Salvavidas S.1.	240
Observación y crítica de lecciones de muestra	1.) Explique cómo planificar, crear y dictar una lección de manera eficaz. 2.) Explique las mejores prácticas para brindar retroalimentación constructiva.	1.) Practique el uso del formulario de planificación de lecciones. 2.) Demuestre cómo enseñar a otros cómo utilizar el formulario de planificación de lecciones. 3.) Practique el uso del formulario de comentarios sobre la demostración de la lección.	360

Realización de la evaluación de habilidades del instructor S.1	Describe cómo llevar a cabo de manera eficaz Evaluación de habilidades del Instructor S.1 de los candidatos al Instructor S.1.	1.) Realizar una evaluación de habilidades eficaz proporcionando retroalimentación y entrenamiento. 2.) Practique el uso de la evaluación de habilidades del candidato a instructor Forma.	180
Desarrollo continuo de instructores	Explique el propósito de la capacitación inicial brindada en el curso WASH Instructor S.2 y el propósito de la educación continua.		15
Administración del curso	Explique cómo completar la documentación requerida del curso a nivel de proveedor y de instructor.	Demostrar que se ha completado toda la documentación requerida del curso a nivel de proveedor e instructor.	60
Portal en línea para instructores y ATC	Explicar y demostrar cómo navegar por el portal en línea de instructores y ATC de WASH y qué recursos están disponibles para los instructores.		45
Instructor formador HSI/ASHI (TI)	Explicar cómo acceder a la sección de actualización de TI de HSS/ASHI y cómo cumplir con los requisitos para obtener la autorización de TI de HSI/ASHI		20

Tiempo total: 16 HORAS, 10 MINUTOS

\*Los tiempos recomendados para las lecciones y los cursos se basan en una proporción de 1:6 entre instructores S.2 y candidatos a instructor. Estos tiempos recomendados NO tienen en cuenta los descansos y las transiciones. Los descansos (de 5 a 10 minutos) deben proporcionarse cada 1 hora. 1,5 horas a lo largo del curso. WASH reconoce que hay muchas variables que influyen en estos tiempos recomendados, entre ellas, la distribución de las instalaciones, la experiencia y la formación previa de los candidatos a instructores, la competencia de los candidatos a instructores, la proporción de equipos y la proporción de Instructores S.2 de WASH por candidato a instructor.

## Objetivos del curso WASH Instructor S.2

El Instructor de salvavidas S.3 de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) que imparte el curso de Instructor de salvavidas S.2 de WASH:

- Impartir el curso de acuerdo con la versión más actualizada del Manual de Garantía de Calidad WASH. Pautas.
- Impartir el curso de acuerdo con el esquema del curso, el plan de estudios y los manuales.
- Planificar y preparar eficazmente las lecciones del curso y utilizar los recursos del curso WASH.
- Evaluar el conocimiento del contenido, la capacidad de enseñanza y presentación, y las habilidades de retroalimentación y evaluación de Cada candidato.
- Brindar retroalimentación constructiva a cada candidato que sea enfocada, específica, detallada y que ayude al candidato. mejorar.
- Modelar profesionalismo, organización y preparación eficaz. • Mantener una proporción adecuada de candidatos por instructor y de candidatos por equipo, según las pautas de WASH. para estas proporciones.
- Mantener y presentar oportunamente toda la documentación requerida del curso.

Al finalizar este curso de capacitación, todos los candidatos a Instructor de salvavidas S.2 de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) podrán:

- Demostrar la capacidad de planificar, diseñar y ofrecer planes de lecciones efectivos para el curso de Instructor S.1.
- Demostrar técnicas efectivas de conferencias, técnicas de facilitación, técnicas de preguntas guiadas y pequeñas práctica de grupo.
- Evaluar de manera eficiente y eficaz las habilidades de salvavidas de los participantes del curso a nivel de proveedor.
- Proporcionar retroalimentación constructiva y eficaz a los participantes del curso a nivel de proveedor.
- Demostrar la capacidad de evaluar la efectividad de una lección y brindar retroalimentación apropiada y constructiva a los candidatos S.1.
- Demostrar la capacidad de planificar, diseñar y ofrecer planes de lecciones efectivos para el Instructor Crossover. curso.
- Demostrar una profunda comprensión y familiaridad con el plan de estudios, los recursos, los esquemas y los manuales tanto del nivel de proveedor como del nivel de instructor de WASH, que deben incluir: piscina poco profunda, piscina, parque acuático, zona costera, instructor S.1, cursos cruzados de instructor (el instructor S.3 puede agregar los materiales de rescate de surf si hay un candidato S.2 que esté certificado en rescate de surf y tenga la intención de impartir este curso).

## Actividades para impartir el curso WASH S.3 para instructores S.2

### Introducción y expectativas

A todos los instructores de WASH se les debe enseñar a crear un entorno de aprendizaje que sea acogedor y seguro para todos los participantes.

Esto comienza con la interacción inicial entre el instructor y cada participante o candidato.

Los instructores WASH S.3 deben asegurarse de:

- Saludar a los candidatos a medida que llegan.
  - o Llegar lo suficientemente temprano para estar instalado antes de la llegada del primer candidato.
  - o Salude a los candidatos presentándose de manera amigable, profesional y acogedora.
  - o Explicar el diseño del entorno de aprendizaje y la información general de seguridad a los candidatos.
  - o Explicar las expectativas del curso a los candidatos.
- Comenzar y finalizar el curso a tiempo.
  - o Sea considerado con el tiempo de los candidatos y asegúrese de comenzar y terminar a tiempo. Si algunos requieren de una capacitación adicional o de tiempo adicional, considere trabajar con ellos de una manera que permita que los candidatos restantes se retiren a tiempo.
  - o Considere la posibilidad de utilizar una actividad de calentamiento para comenzar el curso y cada lección. Esto puede brindarle información valiosa sobre el nivel de conocimientos y experiencia previos de los candidatos.
  - o Intente establecer una relación con cada candidato. Esto puede lograrse haciendo preguntas, siendo interesados en conocer su formación previa y el motivo por el que decidieron inscribirse en el curso, y/o sobre su profesión elegida.
  - o Compartir el esquema del curso y el itinerario general con los candidatos.
- Utilice presentaciones de diapositivas, manuales y esquemas de cursos para guiar los debates y las miniconferencias
- Explicar el desarrollo continuo del instructor S.1 y S.2
- Revisar la administración del curso: para cursos de nivel de proveedor, Instructor S.1 y de Instructor Cross-Over
- Revisar y destacar las características del ATC y el Portal del Instructor en línea
- Asignar a cada candidato de Instructor S.2 dos lecciones del curso de Instructor S.1 para preparar la presentación más adelante. curso.
- Concluya siempre cada lección del curso con un resumen que incluya una oportunidad para que los candidatos procesen y Reflexione sobre lo aprendido. Asegúrese de permitir que los candidatos hagan preguntas antes de pasar a la siguiente lección.

Utilice presentaciones de diapositivas, manuales y esquemas de cursos para guiar las miniconferencias

- El Instructor WASH S.3 utiliza los recursos del Instructor de Salvavidas S.1 (presentaciones, manuales, esquemas, etc.) para detallar la impartición del curso a los candidatos a Instructor de Salvavidas S.2
- Enfatizar los puntos clave inmediatamente después de que se haya presentado cada capítulo.
- Hacer preguntas
- Revisar los objetivos de aprendizaje de cada capítulo que deben ser respaldados por las lecciones y sesiones de habilidades.
- Evaluar informalmente la comprensión de los candidatos •

Hacer preguntas

- Explicar el uso de: Formulario de planificación de lecciones para candidatos a instructores (FLP), Lección para candidatos a instructores  
Formulario de comentarios de demostración (LDFF) y Formulario de evaluación de habilidades del candidato a instructor (ICSAF)
- Hacer preguntas

Observación y crítica de demostraciones de lecciones de muestra

- Cada candidato a Instructor WASH S.2 demostrará el uso del Formulario de planificación de lecciones (FLP) y el Comentarios sobre la demostración de la lección entrega de dos lecciones del curso S.1 asignadas por el Instructor y se evaluará utilizando el Formulario (LDFF)
- El Instructor de Salvavidas WASH S.3, así como los demás candidatos a Instructor WASH S.2, deben completar una demostración por cada LDFF lección; esta es una gran oportunidad para practicar cómo brindar comentarios constructivos.
- Las demostraciones de lecciones permitirán que cada candidato a Instructor WASH S.2 adquiera experiencia con: planificación de lecciones; navegación por el Esquema del curso del Instructor S.1 y otros recursos de enseñanza; observación, evaluación y crítica de demostraciones de lecciones de muestra y demostraciones de habilidades S.1; proporcionar comentarios constructivos; y cronometrar los componentes de la lección.
- Al asignar las demostraciones de lecciones, el Instructor WASH S.3 debe asegurarse de que cada candidato adquiera experiencia tanto en la presentación de lecciones basadas en conferencias como en habilidades, así como en la evaluación de candidatos S.1.
- Durante cada demostración de lección, los candidatos del Instructor WASH S.2 deben demostrar un uso eficaz de:
  - Instructora WASH Formulario de evaluación  
Manual (CIAPA)
  - Diapositiva del curso WASH Instructor WASH S.1  
Presentación(es) Esquema(s) del curso
  - LAVAR LPF ICSAF y Otros LAVADOS  
(cuando corresponda) enseñanza a nivel de instructor
  - Instructora WASH recursos  
Habilidades del candidato
- El instructor de WASH S.3 realiza una sesión informativa posterior a la presentación de cada lección de los candidatos S.2. El informe debe realizarse en tres etapas:
  - Permitir que el candidato a instructor se autoevalúe y brinde sus opiniones sobre lo que salió bien y las áreas que podrían mejorarse •  
Permitir que otros candidatos  
a instructores brinden comentarios
  - El instructor WASH S.3 brinda retroalimentación para garantizar que el enfoque sea el refuerzo positivo incluso cuando comparte áreas que requieren mejoras.
  - Hacer preguntas
- Cada candidato a Instructor WASH S.2 debe demostrar:
  - Permitir el uso efectivo de la Formulario de comentarios sobre la demostración de la lección (LDFF)  
Retroalimentación verbal constructiva y efectiva

- El Instructor WASH S.2 demostrará cómo completar eficazmente una evaluación de habilidades del candidato del Instructor S.1 utilizando el Formulario de evaluación de habilidades del candidato a instructor (ICSAF)
  - Instructor WASH S.3 se asignará un candidato a instructor S.2 para que actúe como 'Instructor WASH S.2' y Otro candidato a instructor para actuar como 'Participante del curso Instructor S.1'
  - El 'Instructor WASH S.2' llevará a cabo una evaluación de habilidades del Instructor S.1 con un 'Curso del Instructor S.1' participe'
- El Instructor WASH S.3 proporciona retroalimentación a los candidatos del Instructor S.2 y evalúa la capacidad de cada candidato para Realizar de manera competente y eficaz una evaluación de habilidades del Instructor S.1
- Cada candidato a Instructor S.2 debe completar con éxito una evaluación de habilidades de Instructor S.1 y Completar con éxito la documentación requerida (ICSAF)
- Hacer preguntas

## Desarrollo continuo de instructores

- Explique que el curso de Instructor de Salvavidas WASH S.1 está diseñado para sentar las bases para los instructores y que el curso de Instructor de WASH S.2 está diseñado para desarrollar aún más la comprensión de los candidatos de los principios básicos de la enseñanza y el aprendizaje y para desarrollar y perfeccionar aún más las habilidades de instrucción y evaluación. Ambos deben ir acompañados de una formación y un desarrollo profesional constantes y continuos.
- Explicar que la capacitación más valiosa y productiva es la enseñanza real de las clases. • Alentar a los candidatos a Instructor S.2 a utilizar las habilidades de instrucción y evaluación desarrolladas durante el WASH. Curso de Instructor de Salvavidas S.2 lo antes y con la mayor frecuencia posible
- Las habilidades pueden degradarse con el tiempo. Por lo tanto, aliente a los candidatos a instructores a:
  - Practica las habilidades con frecuencia
  - Dar clases con frecuencia
  - Busque un mentor: un instructor experimentado S.2 o S.3 que pueda guiarlo, apoyarlo y ofrecerte retroalimentación productiva
  - Asistir a conferencias, talleres, simposios y otras reuniones de crecimiento profesional • Unirse a grupos de discusión en línea y establecer contactos con otros instructores
- Hacer preguntas

## Portal en línea para instructores y ATC

- Proporcionar una revisión de las características y la navegación del sitio web de WASH.
- Discutir y explicar los recursos del curso S.2 ubicados en el portal en línea
  - Se deben descargar videoclips para que la clase nunca se interrumpa por fallas o falta de servicio de Internet.
  - Las presentaciones de diapositivas deben descargarse para que la clase nunca se interrumpa por fallas o falta de servicio de Internet.
  - Se deben descargar los manuales del estudiante y del instructor para que la clase nunca se interrumpa por falta de material o errores. servicio de internet
- Hacer preguntas

## Instructor formador HSI/ASHI (TI)

Los participantes del curso WASH Lifeguard Instructor S.2 también deben obtener su certificación HSI/ASHI Instructor Trainer (IT) dentro de su portal en línea ASHI OTIS. • El candidato a Instructor S.2 debe iniciar sesión en su portal

HSI/ASHI • Una vez que haya iniciado sesión, seleccione "Desarrollo de instructores"

- Ver, en su totalidad, todos los videos de Instructor Trainer (IT)
- Una vez completado, su Centro de capacitación HSI/ASHI deberá pagar la 'Tarifa de actualización' (es probable que el Centro de capacitación HSI/ASHI del candidato a Instructor de salvavidas WASH S.2 le facture al candidato la tarifa de actualización)

La Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) reconoce que no hay dos clases iguales y que los conocimientos previos, la competencia en habilidades, la capacitación y la experiencia previas y las necesidades de aprendizaje pueden variar ampliamente de una clase a otra, así como de un participante del curso a otro. Los cursos WASH están diseñados con una flexibilidad incorporada para que los instructores se adapten a las necesidades de los participantes del curso.

## Impartición de un curso de Instructor S.1

### Introducción

Se debe enseñar a los instructores a crear un entorno de aprendizaje que sea acogedor y seguro para todos los participantes. Esto comienza con la interacción inicial entre el instructor y cada participante del curso.

Los instructores deben asegurarse de:

- Saludar a los participantes a medida que llegan.
  - o Llegar lo suficientemente temprano para estar instalado antes de la llegada del primer participante.
  - o Saludar a los participantes presentándose de manera amigable, profesional y acogedora.
  - o Explicar el diseño del entorno de aprendizaje y la información general de seguridad a los participantes.
  - o Explicar las expectativas del curso a los participantes.
- Comenzar y finalizar el curso a tiempo.
  - o Sea considerado con el tiempo de los participantes y asegúrese de comenzar y terminar a tiempo. Si algunos requieren clases de refuerzo o tiempo adicional, considere trabajar con ellos de una manera que permita que los demás participantes del curso se retiren a tiempo.
  - o Considere la posibilidad de utilizar una actividad de calentamiento para comenzar el curso y cada lección. Esto puede brindarle información valiosa sobre el nivel de conocimientos y experiencia previos de los participantes.
  - o Intente establecer una relación con cada participante. Esto puede lograrse haciendo preguntas, interesándose por conocer su formación previa y el motivo por el que decidió inscribirse en el curso, y/o su profesión elegida.
- o Compartir el itinerario general del curso con los participantes
  - Finalización exitosa del módulo en línea a su propio ritmo
  - Asistencia a todas las sesiones de clase presenciales
  - Demostrar con éxito todas las habilidades físicas de los cursos de nivel de proveedor a nivel de instructor.
  - Demostración exitosa de dos lecciones de muestra del curso a nivel de proveedor según lo asignado por el Instructor S.2
  - Realizar de manera eficaz una evaluación final de habilidades del curso a nivel de proveedor
  - Aprobación (puntuación mínima del 80%) del examen final escrito
  - Revisar el desarrollo continuo de los instructores, la administración de los cursos WASH y el portal en línea WASH ATC & Instructor
- o Describir los requisitos para completar con éxito el curso.
- Concluya siempre cada lección del curso con un resumen que ofrezca a los participantes la oportunidad de procesar y reflexionar sobre lo aprendido. Asegúrese de permitir que los participantes formulen preguntas antes de pasar a la siguiente lección.

### Presentación de contenidos a los participantes del curso

La presentación del contenido del curso debe mantenerse estandarizada durante todo el curso. El contenido y los temas enumerados en el Esquema del curso de Instructor de socorristas WASH S.1 deben incluirse en cada curso de Instructor S.1 que se imparta.

## Evaluación formal de los participantes del curso de Instructor de Salvavidas S.1

En todos los cursos de capacitación sobre agua, saneamiento e higiene se exige la evaluación de todos los participantes. La evaluación formal se lleva a cabo de tres maneras:

- Evaluación de lecciones de muestra

Cada candidato a Instructor S.1 debe impartir dos lecciones de muestra asignadas del curso de Instructor de salvavidas WASH S.1. Cada lección será evaluada por el Instructor de Salvavidas WASH S.2 que impartirá la capacitación utilizando el WASH Lección  
Formulario de comentarios sobre la demostración (LDFF)

- Examen final escrito

Cada participante debe obtener un mínimo de ocho (80) por ciento en el examen escrito final como uno de los requisitos para obtener la certificación. Este examen se realiza al finalizar el curso, es un examen a libro cerrado y debe ser supervisado por el El instructor WASH S.3 imparte el curso o, en algunas jurisdicciones y países, el examen escrito debe ser realizado y supervisado por un instructor o examinador independiente y diferente. Siga los protocolos locales.

- Evaluación final de habilidades

Cada candidato a Instructor S.1 debe realizar y evaluar eficazmente a los participantes durante una evaluación final de habilidades del curso a nivel de proveedor. Los candidatos a Instructor S.1 deben demostrar un uso eficaz de la rúbrica de habilidades finales para el curso o los cursos a nivel de proveedor y brindar comentarios efectivos y constructivos, tanto escritos como verbales.

El instructor registrado de un curso WASH debe completar y enviar una [Solicitud de autorización de estudiante \(SAR\)](#) por cada participante inscrito en el curso. Este es el registro oficial del curso y lo conserva la oficina corporativa de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) durante un período mínimo de siete (7) años. Este también es el formulario que utiliza WASH para emitir certificados de salvavidas a los participantes que aprueben el curso. Este formulario también se puede completar y enviar en línea en [el Portal en línea para instructores y ATC.](#)

# Apéndice A – Examen final

PARTE



## Academia Mundial de Seguridad y Salud LLC

---

Apartado Postal 311 Riderwood, MD 21139

Teléfono: 800-484-0419

Correo electrónico: [admin@lifeguardcertifications.com](mailto:admin@lifeguardcertifications.com)

### Examen final – Curso de socorrista

#### Instrucciones:

- El examen final debe ser supervisado por un profesional autorizado por la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH).  
Instructor S.1, Instructor S.2 y/o Instructor S.3 con buena reputación y trabajando bajo la dirección de un Centro de Capacitación Autorizado (ATC) vigente.
- Para completar con éxito este examen final, se debe obtener una puntuación mínima del 80%. • Este examen final es un examen a libro cerrado y el instructor debe verificar la identidad del participante marcando una casilla.  
Identificación con fotografía.
- Las firmas tanto del Instructor Autorizado WASH S.1, Instructor S.2 y/o Instructor S.3 como del participante deben estar presentes en la última página del cuadernillo del examen final junto con la fecha de firma/completado.

- Salvavidas
- 1) El EAP debe basarse en el diseño, la dotación de personal, el equipamiento y el nivel de servicio exclusivos de la instalación.  
entrenamiento.  
a) Verdadero  
b) Falso
  - 2) Las instalaciones acuáticas y los salvavidas deben respetar las indicaciones del servicio médico de urgencia local y/o del médico local.  
respecto al protocolo adecuado para el uso de tablas de recuperación en víctimas de traumatismos espinales.  
a)  
Verdadero b) Falso
  - 3) Cuando un salvavidas utiliza la técnica de férulas de brazo para inmovilizar a una víctima de un presunto traumatismo espinal, ¿cuál de las siguientes opciones describe mejor por qué camina lentamente con la víctima alrededor de la piscina una vez que la cabeza y el cuello están inmovilizados?  
a) Facilita que un segundo rescatador agarre los pies y las piernas para ayudar a levantar a la víctima.  
desde la piscina. b)  
Permite más espacio para deslizar el tablero debajo de la víctima. c) Permite que la parte inferior del cuerpo, más específicamente, las piernas floten creando una forma más aerodinámica.  
d) Mayor facilidad para el socorrista para mantener a la víctima a flote.
  - 4) Durante una rotación de salvavidas, la vigilancia de los usuarios nunca debe verse comprometida.  
a)  
Verdadero b) Falso
  - 5) Se puede utilizar un tablero para extraer a una víctima pasiva o activa de la piscina.  
a)  
Verdadero
  - b) Falso 6) El objetivo principal del trabajo de un salvavidas es la seguridad de los usuarios.  
a)  
Verdadero b) Falso
  - 7) Una vez que una persona completa con éxito un curso de certificación de salvavidas de la Academia Mundial de Seguridad y Salud, no es necesario realizar ninguna capacitación adicional.  
a)  
Verdadero b) Falso
  - 8) Es aceptable y es un estándar de la industria que el salvavidas tarde hasta 25 segundos en reconocer a una posible víctima. a) Verdadero  
b) Falso 9) Las cinco etapas de la fase  
'Responder'  
son: 1.)

#### Activación del Plan de Acción de Emergencia (EAP)

- 2.) Entrada de agua (según sea necesario)
  - 3.) Realizar rescate en el agua. 4.) Extraer a la víctima del agua (según sea necesario).
  - 5.) Complete el informe de rescate/informe de incidente requerido a) Verdadero  
b) Falso
- 10) Los socorristas no necesitan preocuparse por el equipo de protección personal hasta que vean o están teniendo que lidiar con fluidos corporales durante una emergencia.  
a)  
Verdadero b) Falso
  - 11) Es importante que un salvavidas complete de manera eficiente y precisa todos los informes y documentos requeridos y que lo haga de manera oportuna porque estos documentos pueden estar sujetos a citación judicial. a) Verdadero b) Falso
  - 12) Aproximadamente 1 de cada 5 muertes por ahogamiento corresponden a adultos de entre 25 y 35 años de edad.  
a)  
Verdadero b) Falso
  - 13) La comunicación eficaz es un componente vital de cualquier PAE eficaz.  
a)  
Verdadero b) Falso

Los ahogamientos ocurren con mayor frecuencia cuando no hay un salvavidas de servicio. Cuando hay un salvavidas de servicio, el factor RID se ha identificado como causa de incidentes de ahogamiento. ¿Cuál de las siguientes opciones describe mejor el factor RID? a) Recuperación, intrusión, distracción b) Tiempo de respuesta, comando de incidente, incidentes de ahogamiento c) Reconocimiento, intrusión, distracción d) Reconocimiento, intrusión, riesgo de ahogamiento

15) En la mayoría de los casos, quienes trabajan en servicios de emergencia tienen trabajos que son de naturaleza reactiva. En otras palabras, se los llama cuando ocurre una emergencia. Los socorristas, por otro lado, tienen trabajos que deberían ser de naturaleza preventiva. En otras palabras, los socorristas deberían trabajar para prevenir o eliminar las emergencias.

a)  
Verdadero b) Falso

16) Incluso un socorrista puede parecer, a simple vista, que está sentado en la tribuna soñando despierto, pero la realidad es que un socorrista está trabajando constantemente escaneando el agua en busca de señales de problemas cada minuto del tiempo que está en la tribuna y es responsable de la vigilancia de los clientes.

a)  
Verdadero b) Falso

17) Todos los siguientes son signos de un nadador en peligro EXCEPTO:

a) cabeza baja en el agua b) brazos extendidos golpeando el agua de manera ineficaz c) subir y bajar en el agua d) cabeza por encima de la superficie del agua con una fuerte patada y avance 18) Las zonas de cobertura se establecen en función del número

de salvavidas en el personal.

a)  
Verdadero b) Falso

19) Cada zona de cobertura sólo debe tener un socorrista responsable de la vigilancia de los usuarios. en esa zona.

a)  
Verdadero b) Falso

20) Siempre que existan al menos dos zonas de cobertura distintas en una zona de natación, habrá una zona en la que ambas zonas se encuentran y se superponen. Esta zona siempre es explorada por el/los socorrista(s) asignado(s) a cada una de las zonas respectivas. A esto lo llamamos cobertura superpuesta.

a)  
Verdadero b) Falso

21) ¿Cuál de las siguientes opciones describe mejor la técnica que debe utilizar un salvavidas al escanear el

¿Nadar mientras se realiza la vigilancia de los usuarios? a)

inspeccionar visualmente el área para detectar signos de peligro; examinar tanto la superficie del agua como debajo de ella; mirar más de cerca a cualquier nadador que crea que pueda mostrar signos de peligro

b) inspeccione visualmente y rápidamente solo la superficie del agua para poder ver mejor todo  
Nadadores lo más rápido posible

c) solo inspeccione visualmente el área debajo de la superficie del agua, ya que la mayoría de los signos de angustia comienzan debajo del agua con la falta de patada de un nadador en apuros. d) el escaneo se completa de manera diferente de una instalación a otra y lo que el salvavidas debe hacer es:

La búsqueda varía según la población de nadadores en cada instalación.

22) Las rotaciones de socorristas son una práctica peligrosa que tiende a desviar la atención de cada socorrista.

lejos de la vigilancia de los usuarios. a)

Verdadero  
b) Falso

23) Las rotaciones de salvavidas deben completarse, como mínimo, cada 20 minutos para garantizar que cada

El socorrista del personal permanece alerta.

a)  
Verdadero b) Falso

24) Cuando un salvavidas esté realizando una asistencia de lanzamiento, deberá asegurarse de que la boya de aro o

El tubo de rescate se lanza más allá de la víctima para eliminar el riesgo de arrojar el dispositivo de flotación fuera del alcance de la víctima y perder tiempo al tener que tirar del dispositivo de flotación de regreso a la cubierta para volver a desplegarlo.

a)  
Verdadero b) Falso

25) Sólo se debe utilizar un cayado de pastor para ejecutar eficazmente una asistencia de alcance.

Verdadero b) Falso

26) Las dos entradas más utilizadas por los socorristas de piscina son: a) entrada caminando y entrada con tobogán b) entrada con salto de cabeza y entrada con salto de pies c) entrada con salto de bola de cañón y entrada con salto de tijera d) entrada con salto de bola de cañón y entrada corriendo

27) Un socorrista siempre debe acercarse a una víctima activa desde el frente para no causar más pánico. en la víctima.

a)

Verdadero b) Falso

28) La única diferencia entre una víctima activa y una pasiva es que la víctima pasiva está demasiado cansada para entrar en pánico o para ayudar a patear una vez que el salvavidas la asegura.

a)

Verdadero b) Falso

29) Cuando se sospecha de un traumatismo espinal, el socorrista siempre debe utilizar la entrada deslizante para disminuir el movimiento del agua y, por lo tanto, disminuir el posible movimiento de la espalda de la víctima.

a)

Verdadero b) Falso

30) Un socorrista siempre debe utilizar la entrada deslizante para una víctima pasiva si no está seguro de cómo o qué causó que la víctima se volviera pasiva. a) Verdadero b) Falso

31) Una víctima pasiva siempre debe estar boca arriba en el agua y el socorrista debe evaluar las vías respiratorias y la respiración. Si es necesario, se deben proporcionar dos ventilaciones mientras la víctima está en el flotador y todavía en el agua. a) Verdadero b) Falso

32) Los socorristas nunca deben utilizar el tubo de rescate con más de una víctima en él al mismo tiempo.

a)

Verdadero b) Falso

33) La vigilancia de los usuarios y la asistencia a los nadadores en dificultades es responsabilidad exclusiva del socorrista. La seguridad general y la gestión de riesgos en otras áreas de la piscina (es decir, salas de bombas, plataforma de la piscina, etc.) es responsabilidad exclusiva del administrador de la piscina.

a)

Verdadero b) Falso

34) Toda instalación acuática debe contar con un PAE que todo el personal conozca. Y este PAE debe practicarse de forma regular. a) Verdadero b)

Falso 35)

El EAP se

refiere a: a) Plan de

asistencia de emergencia b) Plan de acción

de emergencia c) Protocolos acuáticos

de emergencias d) Procedimientos de

emergencia por accidente 36) Es recomendable

que todas las instalaciones acuáticas desarrollen relaciones con los equipos de servicios de emergencia locales. El EAP debe practicarse de forma rutinaria junto con estos departamentos de servicios de emergencia para garantizar una ejecución sin problemas cuando sea necesario.

a)

Verdadero b) Falso

37) ¿Cuál describe mejor los signos y síntomas de un traumatismo espinal? a) Mareos; Ojos inyectados en sangre; Confusión; Sangrado severo b) Dificultad respiratoria; Choque; Confusión; Náuseas c) Náuseas; Mareos; Relleno capilar deficiente; Pupilas contraídas d) Dolor en la cabeza, el cuello y/o la espalda; Líquidos que salen por la nariz, la boca, los oídos o los ojos; Entumecimiento y/o debilidad; Estado alterado de conciencia; Desequilibrio al caminar

38) Las dos técnicas más utilizadas para estabilizar la cabeza, el cuello y la espalda de un paciente sospechoso

Las víctimas de la columna vertebral en la

piscina son: a) Férulas de brazo y agarre cabeza-mentón-

pecho b) Columna cervical y collar de caballo

b) Columna cervical y rectitud de columna d)

Corrección de columna y férulas para brazos

39) Bajo ninguna circunstancia el/los socorrista(s) deben inmovilizar a una víctima de sospecha de traumatismo espinal. sobre un tablero.

a)

Verdadero b) Falso

40) No es inusual que en las instalaciones de piscinas haya solo un socorrista o miembro del personal. En estos casos, es adecuado que haya personas presentes que ayuden al socorrista, teniendo en cuenta que estas personas no están capacitadas y solo deben hacer exactamente lo que les indique el socorrista.

a)

Verdadero b) Falso

41) ¿Cuál de los siguientes no es un ejemplo de un salvavidas que obtiene el consentimiento de una víctima que requiere primeros

auxilios? a) La víctima está inconsciente y ha sufrido lesiones que ponen en peligro su vida. El socorrista asume el consentimiento implícito e inicia la atención de emergencia.

b) La víctima está consciente y se está ahogando. El socorrista pide permiso para brindarle atención y el

La víctima sacude la cabeza indicando que está autorizada a prestarle atención de emergencia. c) El socorrista le pregunta a la víctima consciente si puede ayudar. La víctima se niega.

Atención de emergencia. Sin embargo, el socorrista determina que la condición de la víctima es potencialmente mortal y, por lo tanto, le brinda atención de todos modos.

d) La víctima consciente rechaza la atención de emergencia del socorrista. Unos minutos después, la víctima pierde el conocimiento como resultado de sus lesiones. El socorrista asume ahora el consentimiento implícito y proporciona atención de emergencia.

42) Una vez que un socorrista comienza a brindar atención de emergencia, según la ley se considera abandono si el

El socorrista interrumpe la atención de emergencia. Existen algunas circunstancias en las que se permite al socorrista interrumpir la atención. ¿Cuál de las siguientes NO es una de estas razones?

a) El turno del socorrista finaliza mientras está prestando atención de emergencia y esperando la Llegada del EMS.

b) Alguien con una certificación igual o superior se hace cargo de la atención de emergencia de la víctima. c) La escena se vuelve demasiado insegura para que el salvavidas continúe brindando atención de emergencia. d) La víctima ya no requiere atención de emergencia.

43) Es importante que el socorrista comprenda las señales de silbato adecuadas que se deben utilizar en las instalaciones.

en el que trabaja. a) Verdadero b) Falso

44) Una vez que vence la certificación de la Academia Mundial de Seguridad y Salud de un socorrista, el socorrista tiene un máximo de treinta (30) cursos para completar con éxito un curso de recertificación. Si el socorrista no logra completar con éxito un curso de recertificación dentro de este período de tiempo, debe completar un curso completo de certificación de socorrista de la Academia Mundial de Seguridad y Salud para recuperar su certificado. a) Verdadero b) Falso

45) Durante el período de gracia de treinta (30) días de la certificación, el salvavidas aún podrá trabajar bajo su certificado.

a)

Verdadero b) Falso

46) Es responsabilidad de cualquier salvavidas certificado conocer y comprender todas las regulaciones, políticas o leyes estatales y/o locales que rigen a los salvavidas en su ubicación geográfica.

a)

Verdadero b) Falso

47) Todos los salvavidas deben inspeccionar tanto el botiquín de primeros auxilios como el equipo de rescate en sus instalaciones antes del inicio de cada turno para asegurarse de que funcionen y estén listos para usarse en caso de una emergencia. a) Verdadero b) Falso

48) Un socorrista debe conocer y comprender todas las reglas de la instalación en la que se encuentra.

trabajando.

a)

Verdadero b) Falso

49) Un socorrista debe cerrar la piscina a los bañistas si no puede ver claramente el filtro.

segundo) Falso  
a) Verdadero  
segundo) Falso

a) Verdadero

segundo) Falso

50) En las instalaciones de piscinas con un solo miembro del personal, es mejor que el socorrista utilice técnicas para ayudar a los nadadores en dificultades que permiten que el salvavidas permanezca en cubierta para reducir las posibilidades de Problemas en el agua para el socorrista.

a) Verdadero

segundo) Falso

Puntuación del examen final: \_\_\_\_\_ %

Nombre del instructor: \_\_\_\_\_

Número de identificación del instructor: \_\_\_\_\_

Firma del instructor: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

Afiliación al centro de formación de instructores: \_\_\_\_\_

# Apéndice B – Clave(s) de respuestas del examen final

## Salvavidas

- 1) El EAP debe basarse en el diseño, la dotación de personal, el equipamiento y el nivel de servicio exclusivos de la instalación.  
entrenamiento.  
a) Verdadero  
b) Falso
- 2) Las instalaciones acuáticas y los salvavidas deben respetar las indicaciones del servicio médico de urgencia local y/o del médico local.  
respecto al protocolo adecuado para el uso de tablas de recuperación en víctimas de traumatismos espinales.  
a)  
Verdadero b) Falso
- 3) Cuando un salvavidas utiliza la técnica de férulas de brazo para inmovilizar a una víctima de un presunto traumatismo espinal, ¿cuál de las siguientes opciones describe mejor por qué camina lentamente con la víctima alrededor de la piscina una vez que la cabeza y el cuello están inmovilizados?  
a) Facilita que un segundo rescatador agarre los pies y las piernas para ayudar a levantar a la víctima.  
desde la piscina. b)  
Permite más espacio para deslizar el tablero debajo de la víctima. c) Permite que la parte inferior del cuerpo, más específicamente, las piernas floten creando una  
d) Posición aerodinámica y mejor inmovilización de la espalda. d) Mayor facilidad para el socorrista para mantener a la víctima a flote.
- 4) Durante una rotación de salvavidas, la vigilancia de los usuarios nunca debe verse comprometida.  
a)  
Verdadero b) Falso
- 5) Se puede utilizar un tablero para extraer a una víctima pasiva o activa de la piscina.  
a)  
Verdadero  
b) Falso 6) El objetivo principal del trabajo de un salvavidas es la seguridad de los usuarios.  
a)  
Verdadero b) Falso
- 7) Una vez que una persona completa con éxito un curso de certificación de salvavidas de la Academia Mundial de Seguridad y Salud, no es necesario realizar ninguna capacitación adicional.  
a)  
Verdadero b) Falso
- 8) Es aceptable y es un estándar de la industria que el salvavidas tarde hasta 25 segundos en reconocer a una posible víctima. a) Verdadero  
b) Falso 9) Las cinco etapas de la fase  
'Responder'  
son: 1.)  
Activación del Plan de Acción de Emergencia (EAP)  
2.) Entrada de agua (según sea necesario)  
3.) Realizar rescate en el agua. 4.) Extraer  
a la víctima del agua (según sea necesario).  
5.) Complete el informe de rescate/informe de incidente requerido a) Verdadero  
b) Falso
- 10) Los socorristas no necesitan preocuparse por el equipo de protección personal hasta que vean o  
están teniendo que lidiar con fluidos corporales durante una emergencia.  
a)  
Verdadero b) Falso
- 11) Es importante que un salvavidas complete de manera eficiente y precisa todos los informes y documentos requeridos y que lo haga de  
manera oportuna porque estos documentos pueden estar sujetos a citación judicial. a) Verdadero b) Falso
- 12) Aproximadamente 1 de cada 5 muertes por ahogamiento corresponden a adultos de entre 25 y 35 años de edad.  
a)  
Verdadero b) Falso

a)

Verdadero b) Falso

14) Sabemos que los ahogamientos ocurren con mayor frecuencia cuando no hay un salvavidas de servicio. Cuando hay un salvavidas de servicio, el factor RID se ha identificado como causa de incidentes de ahogamiento. ¿Cuál de las siguientes opciones describe mejor el factor RID? a) Recuperación, intrusión, distracción b) Tiempo de respuesta, comando de incidente, incidentes de ahogamiento c) Reconocimiento, intrusión, distracción d) Reconocimiento, intrusión, riesgo de ahogamiento

15) En la mayoría de los casos, quienes trabajan en servicios de emergencia tienen trabajos que son de naturaleza reactiva. En otras palabras, se los llama cuando ocurre una emergencia. Los socorristas, por otro lado, tienen trabajos que deberían ser de naturaleza preventiva. En otras palabras, los socorristas deberían trabajar para prevenir o eliminar las emergencias.

a)

Verdadero b) Falso

16) Incluso un socorrista puede parecer, a simple vista, que está sentado en la tribuna soñando despierto, pero la realidad es que un socorrista está trabajando constantemente escaneando el agua en busca de señales de problemas cada minuto del tiempo que está en la tribuna y es responsable de la vigilancia de los clientes.

a)

Verdadero b) Falso

17) Todos los siguientes son signos de un nadador en peligro EXCEPTO:

a) cabeza baja en el agua b)

brazos extendidos golpeando el agua de manera ineficaz c)

balanceándose hacia arriba y hacia abajo en el agua

d) cabeza por encima de la superficie del agua con una patada fuerte y avance

18) Las zonas de cobertura se establecen en función del número de socorristas en plantilla.

a)

Verdadero b) Falso

19) Cada zona de cobertura sólo debe tener un socorrista responsable de la vigilancia de los usuarios en esa zona.

a)

Verdadero b) Falso

20) Siempre que existan al menos dos zonas de cobertura distintas en una zona de natación, habrá una zona en la que ambas zonas se encuentran y se superponen. Esta zona siempre es explorada por el/los socorrista(s) asignado(s) a cada una de las zonas respectivas. A esto lo llamamos cobertura superpuesta.

a)

Verdadero b) Falso

21) ¿Cuál de las siguientes opciones describe mejor la técnica que debe utilizar un salvavidas al escanear el agua? a) ¿Nadar mientras se realiza la vigilancia de los usuarios?

inspeccionar visualmente el área para detectar signos de peligro; examinar tanto la superficie del agua como debajo de ella; mirar más de cerca a cualquier nadador que crea que pueda mostrar signos de peligro

b) inspeccione visualmente y rápidamente solo la superficie del agua para poder ver mejor todo

Nadadores lo más rápido posible

c) solo inspeccione visualmente el área debajo de la superficie del agua, ya que la mayoría de los signos de angustia comienzan debajo del agua con la falta de patada de un nadador en apuros. d) el escaneo se

completa de manera diferente de una instalación a otra y lo que el salvavidas debe hacer es:

La búsqueda varía según la población de nadadores en cada instalación.

22) Las rotaciones de socorristas son una práctica peligrosa que tiende a desviar la atención de cada socorrista.

lejos de la vigilancia de los usuarios. a)

Verdadero

b) Falso

23) Las rotaciones de salvavidas deben completarse, como mínimo, cada 20 minutos para garantizar que cada

El socorrista del personal permanece alerta.

a)

Verdadero b) Falso

24) Cuando un salvavidas esté realizando una asistencia de lanzamiento, deberá asegurarse de que la boya de aro o

El tubo de rescate se lanza más allá de la víctima para eliminar el riesgo de arrojar el dispositivo de flotación fuera del alcance de la víctima y perder tiempo al tener que tirar del dispositivo de flotación de regreso a la cubierta para volver a desplegarlo.

Verdadero b) Falso

25) Sólo se debe utilizar un cayado de pastor para ejecutar eficazmente una asistencia de alcance.

a)

Verdadero b) Falso

26) Las dos entradas más utilizadas por los socorristas de piscina son: a) entrada caminando y

entrada con tobogán b) entrada con salto de cabeza

y entrada con salto de pies c) entrada con salto de bola de cañón

y entrada con salto de tijera d) entrada con salto de bola de cañón y entrada

corriendo

27) Un socorrista siempre debe acercarse a una víctima activa desde el frente para no causar más pánico.

en la víctima. a)

Verdadero

b) Falso

28) La única diferencia entre una víctima activa y una pasiva es que la víctima pasiva está demasiado cansada para entrar en pánico o

para ayudar a patear una vez que el salvavidas la asegura.

a)

Verdadero b) Falso

29) Cuando se sospecha de un traumatismo espinal, el socorrista siempre debe utilizar la entrada deslizante para disminuir el movimiento

del agua y, por lo tanto, disminuir el posible movimiento de la espalda de la víctima.

a)

Verdadero b) Falso

30) Un socorrista siempre debe utilizar la entrada deslizante para una víctima pasiva si no está seguro de cómo o qué causó que la

víctima se volviera pasiva. a) Verdadero b) Falso

31) La víctima pasiva siempre debe estar boca arriba en el agua y el socorrista debe evaluar las vías respiratorias y la respiración. Si es

necesario, se deben proporcionar dos ventilaciones mientras la víctima está en el flotador y todavía en el agua.

a)

Verdadero b) Falso

32) Los socorristas nunca deben utilizar el tubo de rescate con más de una víctima en él al mismo tiempo.

a)

Verdadero b) Falso

33) La vigilancia de los usuarios y la asistencia a los nadadores en dificultades es responsabilidad exclusiva del socorrista. La seguridad

general y la gestión de riesgos en otras áreas de la piscina (es decir, salas de bombas, plataforma de la piscina, etc.) es

responsabilidad exclusiva del administrador de la piscina.

a)

Verdadero b) Falso

34) Toda instalación acuática debe contar con un PAE que todo el personal conozca. Y este PAE

debe practicarse de forma regular. a) Verdadero b)

Falso 35)

El EAP se

refiere a: a) Plan de

asistencia de emergencia b) Plan de acción

de emergencia c) Protocolos acuáticos

de emergencia d) Procedimientos de

emergencia por accidente 36) Es recomendable

que todas las instalaciones acuáticas desarrollen relaciones con los equipos de servicios de emergencia locales. El EAP debe practicarse

de forma rutinaria junto con estos departamentos de servicios de emergencia para garantizar una ejecución sin problemas

cuando sea necesario.

a)

Verdadero b) Falso

37) ¿Cuál describe mejor los signos y síntomas de un traumatismo espinal? a) Mareos; Ojos

inyectados en sangre; Confusión; Sangrado severo b) Dificultad respiratoria;

Choque; Confusión; Náuseas c) Náuseas; Mareos; Relleno capilar

deficiente; Pupilas contraídas d) Dolor en la cabeza, cuello y/o espalda; Líquidos que

salen por la nariz, boca, oídos u ojos;

Entumecimiento y/o debilidad; Estado alterado de conciencia; Desequilibrio en los pies

38) Las dos técnicas más utilizadas para estabilizar la cabeza, el cuello y la espalda de un paciente sospechoso

Las víctimas de la columna vertebral en la

piscina son: a) Férulas de brazo y agarre cabeza-mentón-

pecho b) Columna cervical y collar de

caballo c) Collar cervical y rectitud espinal d)

Corrección espinal y férulas de brazo

39) Bajo ninguna circunstancia el/los socorrista(s) deben inmovilizar a una víctima de sospecha de traumatismo espinal. sobre un tablero. a)

Verdadero

b) Falso

40) No es inusual que en las instalaciones de piscinas haya solo un socorrista o miembro del personal. En estos casos, es adecuado que haya personas presentes que ayuden al socorrista, teniendo en cuenta que estas personas no están capacitadas y solo deben hacer exactamente lo que les indique el socorrista.

a)

Verdadero b) Falso

41) ¿Cuál de los siguientes no es un ejemplo de un salvavidas que obtiene el consentimiento de una víctima que requiere ¿Primeros

auxilios? a) La víctima está inconsciente y ha sufrido lesiones que ponen en peligro su vida. El socorrista supone que hay consentimiento implícito e inicia la atención de emergencia.

b) La víctima está consciente y se está ahogando. El socorrista pide permiso para brindarle atención y el

La víctima sacude la cabeza indicando que está autorizada a prestarle atención de emergencia. c) El

socorrista le pregunta a la víctima consciente si puede ayudarla. La víctima se niega a recibir atención de emergencia. Sin embargo, el socorrista determina que la condición de la víctima es potencialmente mortal y, por lo tanto, le proporciona atención de todos modos.

d) La víctima consciente rechaza la atención de emergencia del socorrista. Unos minutos después, la víctima pierde el conocimiento como resultado de sus lesiones. El socorrista asume ahora el consentimiento implícito y proporciona atención de emergencia.

42) Una vez que un socorrista comienza a brindar atención de emergencia, según la ley se considera abandono si el

El socorrista interrumpe la atención de emergencia. Existen algunas circunstancias en las que se permite al socorrista interrumpir la atención. ¿Cuál de las siguientes NO es una de estas razones?

a) El turno del socorrista finaliza mientras está prestando atención de emergencia y esperando la llegada del servicio médico de urgencia.

b) Alguien con una certificación igual o superior se hace cargo de la atención de emergencia de la víctima. c) La

escena se vuelve demasiado insegura para que el salvavidas continúe brindando atención de emergencia. d) La víctima ya no requiere atención de emergencia.

43) Es importante que el socorrista comprenda las señales de silbato adecuadas que se deben utilizar en las instalaciones. en el que trabaja. a) Verdadero b) Falso

44) Una vez que vence la certificación de la Academia Mundial de Seguridad y Salud de un socorrista, el socorrista tiene un máximo de treinta (30) cursos para completar con éxito un curso de recertificación. Si el socorrista no logra completar con éxito un curso de recertificación dentro de este plazo, debe completar un curso completo de certificación de socorrista de la Academia Mundial de Seguridad y Salud para recuperar su certificado.

a)

Verdadero b) Falso

45) Durante el período de gracia de treinta (30) días para la certificación, el salvavidas aún puede trabajar bajo su certificado. a) Verdadero b) Falso

46) Es responsabilidad de cualquier salvavidas certificado conocer y comprender todas las regulaciones, políticas o leyes estatales y/o locales que rigen a los salvavidas en su ubicación geográfica.

a)

Verdadero b) Falso

47) Todos los salvavidas deben inspeccionar tanto el botiquín de primeros auxilios como el equipo de rescate en sus instalaciones antes del inicio de cada turno para asegurarse de que funcionen y estén listos para usarse en caso de una emergencia. a) Verdadero b)

Falso

48) Un socorrista debe conocer y comprender todas las reglas de la instalación en la que se encuentra.

a)

Verdadero b) Falso

49) Un socorrista debe cerrar la piscina a los bañistas si no puede ver claramente la rejilla de retorno del filtro en el fondo de la piscina.

a) Verdadero b) Falso

50) En las instalaciones de piscinas con un solo miembro del personal, es mejor que el socorrista utilice técnicas para ayudar a los nadadores en dificultades que permiten que el salvavidas permanezca en cubierta para disminuir las posibilidades de que el salvavidas tenga problemas en el agua. a)

Verdadero

b) Falso

CONFIDENTIAL

# Apéndice C – Formulario de evaluación de habilidades (SAF)

Formulario de evaluación de habilidades (SAF)

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: \_\_\_\_\_

Por favor, coloque una marca al lado del Curso de Certificación en el que estuvo inscrito el estudiante:

\_\_\_ Salvavidas de piscina (P) \_\_\_ Salvavidas en piscinas poco profundas (SP) \_\_\_ Frente al mar (WF) \_\_\_ Parque acuático (WP)

Habilidad de la sección/capítulo	De Estándar	No lo hizo Encontrarse Estándar	Requerido para:	Notas:		
<b>I.Prerrequisitos</b>	<b>Requisitos previos del curso</b>					
A.	Verificación de edad: 15 años de edad		P, SP, WF, <small>Trabaja en equipo</small>			
B.	Recuperación de ladrillos de 10 libras		P, SP, WF, <small>Trabaja en equipo</small>			
DO.	Natación estilo crol de 100 yardas Natación estilo crol de 300 yardas Natación estilo crol de 500 yardas		ES P, WP <small>mujer tobo</small>			
D.	2 minutos de flotación en el agua sólo con las piernas		P, SP, WF, <small>Trabaja en equipo</small>			
<b>II.Capítulo 10</b>	<b>Rescates acuáticos:</b>					
<b>A.</b>	<b>Entradas:</b>					
1.	Entrada a pie		P, SP, WF, <small>Trabaja en equipo</small>			
2.	Entrada de guión (profundidad cero)		<small>mujer tobo</small>			
3.	Entrada deslizante		P, SP, WP			
4.	Entrada de bala de cañón		P, SP, WP			
5.	Entrada de tijera		P, SP, WP			
6.	Entrada de buceo con los pies por delante		P, SP, WF, <small>Trabaja en equipo</small>			
7.	Entrada a inmersión poco profunda/de cabeza Inmersión en superficie		P, WF, WP			
<b>B.</b>	<b>Enfoques hacia la víctima:</b>					
1.	Mientras lleva puesto el tubo de rescate en lo alto del pecho, nade de frente hacia la víctima.		P, SP, WF, <small>Trabaja en equipo</small>			
2.	Mientras usa el tubo de rescate y lo deja arrastrar, nade de frente hacia la víctima.		P, SP, WF, <small>Trabaja en equipo</small>			
3.	Mientras usa el tubo de rescate y lo deja arrastrar, camine en aguas poco profundas. agua a la víctima		P, SP, WF, <small>Trabaja en equipo</small>			
DO.	<b>Escapes de una víctima:</b>					
1.	Método de escape con agarre frontal		P, SP, WF, <small>Trabaja en equipo</small>			
2.	Método de escape por agarre trasero		P, SP, WF, <small>Trabaja en equipo</small>			
D.	<b>Asistencia acuática para víctimas:</b>					
1.	Asistencia para caminar		P, SP, WF, <small>Trabaja en equipo</small>			
2.	Asistencia para alcanzar		P, SP, WF, <small>Trabaja en equipo</small>			
3.	Asistencia de lanzamiento		P, SP, WF, <small>Trabaja en equipo</small>			
D.	<b>Rescate acuático para víctimas:</b>					
1.	Rescate Frontal de Víctima Activa		P, SP, WF, <small>Trabaja en equipo</small>			
2.	Rescate trasero de víctimas activas		P, SP, WF, <small>Trabaja en equipo</small>			
3.	Rescate activo de víctimas múltiples		P, SP, WF, <small>Trabaja en equipo</small>			
4.	Víctima pasiva		P, SP, WF, <small>Trabaja en equipo</small>			
5.	Víctima activa sumergida en aguas poco profundas Agua		P, SP, WF, <small>Trabaja en equipo</small>			

	Víctima sumergida en aguas profundas			P, WF, WP			
Y.	Sacando a la víctima del agua						
1.	Asistencia de arrastre			P, SP, WF, <small>Tratado en mar</small>			
2.	Asistencia de transporte			P, SP, WF, <small>Tratado en mar</small>			
3.	Extirpación estabilizada (ver columna vertebral) Trauma)						
III. Capítulo 11 A.	Traumatismo espinal						
1.	Estabilización en línea						
	Férulas para brazos: Víctima boca arriba			P, SP, WF, <small>Tratado en mar</small>			
2.	Férulas y giros para brazos: boca abajo Víctima			P, SP, WF, <small>Tratado en mar</small>			
3.	Férulas para brazos: víctima sumergida			P, SP, WF, <small>Tratado en mar</small>			
4.	Agarre cabeza-mentón-pecho – Boca arriba Víctima			P, SP, WF, <small>Tratado en mar</small>			
5.	Agarre y giro de cabeza, mentón y pecho – Víctima boca abajo			P, SP, WF, <small>Tratado en mar</small>			
6.	Agarre cabeza-mentón-pecho – Víctima sumergida			P, SP, WF, <small>Tratado en mar</small>			
B.	Tablero espinal						
1.	Spineboarding vertical en tierra			P, SP, WF, <small>Tratado en mar</small>			
2.	Spineboarding – Aguas poco profundas			P, SP, WF, <small>Tratado en mar</small>			
3.	Spineboarding – Aguas profundas			P, WF, WP			
4.	Spineboarding – Profundidad cero			P, SP, WF, <small>Tratado en mar</small>			
5.	Retirada de una víctima de una tabla espinal Piscina			P, SP, WP			
IV. Capítulo 12 RCP/DEA	–ASHI (una empresa de HSI) Soporte vital básico (SVB) Curso			REQUERIDO A PESAR DE LAVAR CURSOS			
V. Capítulo 13	Primeros auxilios: curso inicial de ASHI (una empresa de HSI)			REQUERIDO A PESAR DE LAVAR CURSOS			
VI. Habilidades finales	Evaluaciones finales de habilidades						
A.	Rescate activo de víctimas			P, SP, WF, <small>Tratado en mar</small>			
B.	Rescate pasivo de víctimas			P, SP, WF, <small>Tratado en mar</small>			
DO.	Spineboarding en el agua con Eliminación			P, SP, WF, <small>Tratado en mar</small>			
VII. Examen	Examen escrito			P, SP, WF, <small>Tratado en mar</small>			

Nombre del instructor: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

Firma del instructor: \_\_\_\_\_

Identificación de certificación del instructor: \_\_\_\_\_

Afilación al centro de formación de instructores: \_\_\_\_\_

Nombre del estudiante: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

Firma del estudiante: \_\_\_\_\_

HABILIDADES COMPLEMENTARIAS PARA LA ZONA

COSTERA I. Capítulo 16 Entradas para la zona				
costera 1.	Entrada al Surf Dash			
2.	Entrada de la placa de rescate			
3.	Inmersión con los pies por delante con máscara y aletas			
4.	Inmersión de cabeza con máscara y aletas			
J.	Búsqueda de víctimas			
1.	Víctima emblemática			
2.	Búsqueda de línea - Aguas poco profundas			
3.	Búsqueda de línea – Aguas profundas			
K.	Junta de Rescate			
1.	Enfoque de la Junta de Rescate hacia la Víctima			
2.	Junta de Rescate Rescate - Víctima Activa			
3.	Junta de Rescate Rescate – Víctima Pasiva			
yo.	Suplemento del examen escrito de Waterfront			

Nombre del instructor: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

Firma del instructor: \_\_\_\_\_

Identificación de certificación del instructor: \_\_\_\_\_

Afiliación al centro de formación de instructores: \_\_\_\_\_

Nombre del estudiante: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

Firma del estudiante: \_\_\_\_\_

# Apéndice D – Hoja de situación de evaluación final de habilidades

Cada participante del curso debe completar con éxito (aprobar) cada una de las evaluaciones finales de habilidades como requisito

Componente para obtener autorización

Habilidad	Rúbrica (debe completar con éxito cada paso)	Evaluación
<p>Víctima activa trasera</p> <p>Rescate en lo profundo Agua</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El candidato a salvavidas comienza en la plataforma de la piscina.</li> <li>• Candidato a socorrista activa EAP</li> <li>• El socorrista ejecuta correctamente la entrada al agua (salto bala o salto tijera)</li> <li>• El socorrista utiliza correctamente un método de natación para acercarse a la víctima (braza o crol). Con tubo de rescate cruzado en el pecho y debajo de las axilas.</li> <li>• El salvavidas mantiene el tubo de rescate entre la víctima y él o ella.</li> <li>• El salvavidas coloca con precisión el tubo de rescate en la espalda de la víctima (justo debajo de la cabeza de la víctima). línea del hombro)</li> <li>• El salvavidas agarra a la víctima por debajo de las axilas y la coloca sobre el tubo de rescate y coloca los brazos de la víctima sobre el tubo de rescate.</li> <li>• El socorrista lleva a la víctima nadando hasta el borde de la piscina para extraerla.</li> </ul>	<p>( ) Aprobar ( ) Fallar</p>
<p>Víctima pasiva trasera</p> <p>Rescate en lo profundo Agua (el instructor asigna un rescatista secundario)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El candidato a salvavidas comienza en la plataforma de la piscina.</li> <li>• Candidato a socorrista activa EAP</li> <li>• El socorrista ejecuta correctamente la entrada al agua (salto bala o salto tijera)</li> <li>• El socorrista debe señalar que está seguro de que la víctima no ha sufrido ningún daño espinal. trauma</li> <li>• El socorrista utiliza correctamente un método de natación para acercarse a la víctima (braza o crol). Con tubo de rescate cruzado en el pecho y debajo de las axilas.</li> <li>• El salvavidas mantiene el tubo de rescate entre la víctima y él o ella.</li> <li>• El salvavidas coloca con precisión el tubo de rescate en la espalda de la víctima (justo debajo de la cabeza de la víctima). línea del hombro)</li> <li>• El salvavidas agarra a la víctima por debajo de las axilas y la hace girar hasta quedar boca arriba sobre el tubo de rescate y coloca los brazos de la víctima sobre el tubo de rescate.</li> <li>• El salvavidas lleva a la víctima nadando hasta el borde de la piscina para extraerla. • El salvavidas trabaja con un segundo rescatador para ejecutar con éxito la "extracción rápida" utilizando El tablero</li> </ul>	<p>( ) Aprobar ( ) Fallar</p>
<p>Spineboarding en Agua con Extracción (el instructor debe asignar otros candidatos a salvavidas para cubrir los roles de rescatistas secundarios)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El candidato a salvavidas comienza en la plataforma de la piscina.</li> <li>• Candidato a socorrista activa EAP</li> <li>• El socorrista ejecuta correctamente la entrada al agua (deslizante)</li> <li>• El socorrista utiliza correctamente un método de natación para acercarse a la víctima (caminar o nadar a braza).</li> <li>• El socorrista ejecuta correctamente la estabilización manual en línea (férulas para brazos o cabeza-mentón-pecho). agarre)</li> <li>• El salvavidas indica adecuadamente a los rescatistas secundarios que coloquen la tabla debajo de la víctima; coloquen los tubos de rescate perpendicularmente debajo de la tabla; aseguren a la víctima con las correas de la tabla, las almohadas para la cabeza y la correa para la cabeza.</li> <li>• El salvavidas se asegura de que todas las correas estén bien apretadas y seguras.</li> <li>• El salvavidas ordena a los rescatistas secundarios que ayuden a ejecutar la extracción de agua de una víctima.</li> </ul>	<p>( ) Aprobar ( ) Fallar</p>

Si un candidato a salvavidas no aprueba ninguna de las 3 evaluaciones finales de habilidades, el instructor debe tomar nota de lo que el candidato no logró completar con éxito en el Formulario de evaluación de habilidades (SAF).

# Apéndice E – Solicitud de autorización de estudiante (SAR)



Apartado Postal 311 Riderwood, MD 21139

Teléfono: 1-800-484-0419

E: [admin@lifeguardcertifications.com](mailto:admin@lifeguardcertifications.com) Web: [lifeguardcertifications.com](http://lifeguardcertifications.com)

## Solicitud de Autorización de Estudiante (SAR)

(todos los campos son obligatorios)

Participe:

Nombre: \_\_\_\_\_ Apellido: \_\_\_\_\_

Correo electrónico: \_\_\_\_\_ Teléfono: \_\_\_\_\_

Dirección de envío: \_\_\_\_\_

Fecha de finalización del curso: \_\_\_\_\_

Ciudad/Estado donde se completó el curso: \_\_\_\_\_

I, \_\_\_\_\_, En este día \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ en  
(Nombre y Apellido) (día) (mes)

\_\_\_\_\_ Certificar que el participante mencionado anteriormente completó con éxito todos los componentes  
(año)

requerido por la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) y como se describe en la versión más reciente de la Manual del instructor de salvavidas WASH/ Calidad  
Directrices de garantía, Para obtener la certificación como: \_\_\_\_\_.

Número de identificación del instructor: \_\_\_\_\_

Afiliación al centro de formación de instructores: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(Escriba el nombre del instructor)

\_\_\_\_\_  
(Firma del instructor)

\_\_\_\_\_  
(Fecha)

\_\_\_\_\_  
(Imprima el nombre del participante)

\_\_\_\_\_  
(Firma del participante)

\_\_\_\_\_  
(Fecha)

## Apéndice F - Información del ATC y del portal en línea para instructores

Portal para instructores y centros de capacitación autorizados (ATC):

Cada instructor autorizado y/o centro de capacitación autorizado (ATC) de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) recibirá credenciales de inicio de sesión únicas para el portal WASH. Este portal contiene:

- Presentaciones de diapositivas del curso
- Videoclip(s) del curso
- Formularios y documentos
  - o Documento 'Instructores informados'
  - o Esquema(s) del curso
  - o Manual del instructor de salvavidas WASH
  - o Manuales para estudiantes de WASH
  - o Formulario de evaluación de habilidades (SAF)
  - o Rúbrica de puntuación final de habilidades
  - o Solicitud de Autorización de Estudiante (SAR)
  - o Exámenes finales escritos y claves de respuestas
- Documentos e información administrativa
  - o Certificaciones actuales de instructores
  - o Centro de Capacitación Autorizado (ATC) Programas/Cursos Autorizados
  - o Directrices de garantía de calidad
  - o Listas de precios
  - o Recursos del curso opcional
  - o Aprobaciones de programas actuales
  - o Formulario de comentarios del curso para los participantes
- Vídeos instructivos para instructores y directores de ATC

TODOS LOS RECURSOS/DOCUMENTOS/MANUALES DISPONIBLES

EN INGLÉS & ESPAÑOL

# Apéndice G – Enseñanza y aprendizaje

## Abordar diferentes estilos de aprendizaje

Los estudiantes que se inscriben en los cursos de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) son diversos en muchos sentidos, ya que provienen de una variedad de

Tienen orígenes diversos y forman una variedad de ubicaciones geográficas en todo el mundo. Igualmente importante es el hecho de que también son diversos en cómo se aprender, compartimentar la información y procesarla.

Los instructores deben tener un conocimiento práctico de los diferentes estilos y preferencias de aprendizaje. La forma de aprender de cada uno difiere de una persona a otra y, como instructor, es necesario saber cuáles son los diferentes estilos de aprendizaje y, lo que es más importante, cómo garantizar

El curso se imparte de una manera coherente con la filosofía de la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) de que todo aprendizaje

Es necesario utilizar estilos para mantener a todos los participantes interesados en las oportunidades de aprendizaje.

En términos generales, existen cuatro estilos de aprendizaje diferentes:

### 1. Aprendices visuales

Estas personas tienden a aprender viendo. Los estudiantes que aprenden de esta manera prosperan cuando el contenido se presenta, por ejemplo, mediante gráficos, diagramas y la palabra escrita.

### 2. Aprendices auditivos

Estas personas tienden a aprender escuchando. Los estudiantes que aprenden de esta manera prosperan cuando se les presenta el contenido, por ejemplo, mediante una conferencia, escuchando a sus compañeros explicar un concepto o repitiendo en voz alta lo que se les dijo.

### 3. Estudiantes kinestésicos

Estas personas tienden a aprender mediante la interacción física. Los estudiantes que aprenden de esta manera prosperan cuando pueden usar sus manos para interactuar con el contenido.

### 4. Estudiantes de lectura y escritura

Estas personas tienden a aprender mediante el uso de la palabra escrita. Los estudiantes que aprenden de esta manera prosperan cuando el contenido se presenta por escrito o cuando se les pide que lo lean.

(Malvik 2020).

También es importante tener en cuenta que es raro que una persona aprenda solo con uno de estos estilos. En cambio, en la mayoría de los casos, el alumno

Se involucra con el contenido y el aprendizaje mientras utiliza varios de los estilos. El aprendizaje más saludable y productivo se lleva a cabo en un

Ambiente que acoge a participantes de todos los estilos de aprendizaje y planifica actividades en cada lección para abordar cada uno de los aprendizajes.

estilos.

Tenga en cuenta que la mayoría de los profesores e instructores presentan el material y el contenido de la manera en que aprenden mejor. Academia Mundial de

Los instructores de Seguridad y Salud (WASH) deben ser conscientes de este hecho y permanecer conscientes de sí mismos al enseñar: es crucial que su

A los estudiantes se les brinda el mejor entorno de aprendizaje posible y eso puede comenzar con oportunidades y actividades de aprendizaje que incluyan cada uno de

Los estilos de aprendizaje.

## Aprendizaje práctico

La Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) cree y promueve un entorno de aprendizaje en el que los estudiantes y los instructores

cooperar entre sí para lograr el objetivo de que todos los estudiantes aprendan el contenido y las habilidades. La filosofía de incorporar

El aprendizaje práctico no es excluyente con la inclusión de actividades a lo largo del curso para abordar todos los estilos de aprendizaje. De hecho,

Estos conceptos, por su propia naturaleza, están entrelazados. Por ejemplo, cuando un estudiante está practicando una habilidad, los demás estudiantes lo están observando.

habilidad que se está realizando y escuchar la orientación proporcionada por el instructor; por lo tanto, esta actividad única se dirige a los estudiantes en el

clase que pueden ser aprendices visuales, auditivos y kinestésicos. Si el instructor hace que los estudiantes lean los pasos técnicos

de. En caso de éxito la habilidad antes de la sesión práctica, entonces los estudiantes que aprenden mejor leyendo también han tenido sus necesidades de.

El aprendizaje práctico brinda a los estudiantes oportunidades de aplicar el contenido y las habilidades a los escenarios presentados en los cursos, así como a situaciones futuras. Se pedirá a los estudiantes que se responsabilicen de su propio aprendizaje, autoevalúen su progreso y aprendan de los demás.

proceso de aprendizaje (UC Davis, 2011 y Wurdinger & Carlson, 2010). Este proceso permite que los estudiantes desarrollen:

- confianza en sí mismo al interactuar con el contenido y las habilidades
- Fuertes habilidades de comunicación horizontal y vertical.
- sólidas habilidades para la toma de decisiones
- habilidades para resolver problemas

La integración del aprendizaje práctico en la enseñanza requiere decidir qué deben obtener los estudiantes de esa experiencia de aprendizaje. Una vez elegido el objetivo y completado el plan de clase y los materiales necesarios, el instructor solo debe facilitar y evaluar la actividad de aprendizaje práctico.

### Preparación del facilitador

Un facilitador competente es capaz de involucrar eficazmente a los alumnos con el contenido y, al mismo tiempo, mantener un enfoque centrado en el alumno. Al facilitar el aprendizaje, asegúrese de que el entorno sea un espacio seguro para compartir información. Cuando se sienten cómodos, las personas están más abiertas al proceso de aprendizaje.

Comportamientos de un buen facilitador:

- Actúa como un maestro líder-servidor: se centra en el éxito de los estudiantes.
- Comprende la diferencia entre los enfoques de enseñanza y aprendizaje centrados en el estudiante y centrados en el docente o instructor.
- Conduce a los estudiantes hacia la información.
- Hace preguntas orientadoras: mantiene las discusiones efectivas y productivas
- Evalúa a los estudiantes en la aplicación de las habilidades y la información en lugar de la memorización de hechos.
- Crea un ambiente inclusivo
- Comunica instrucciones de manera eficaz y clara .
- Se une a las conversaciones como parte neutral y solicita la participación de los estudiantes.
- Facilita el proceso de aprendizaje.
- Vincular los objetivos del curso con las actividades del curso.
- Proporciona entrenamiento para alcanzar el resultado deseado para los estudiantes.

### Estrategias de comunicación efectivas

Para impartir una enseñanza eficaz es necesario que exista una relación de 50:50 entre el conocimiento del contenido y las buenas habilidades de comunicación. La comunicación eficaz tiene tanto contenido verbal como verbal. y componentes no verbales. El lenguaje corporal y la conducta general tienen tanto impacto en la eficacia del instructor como todos los demás.

Habilidades verbales.

Habilidades verbales que inciden en la capacidad de comunicarse eficazmente e inciden positivamente en el aprendizaje de los estudiantes:

- Hablar con claridad, en voz alta y de forma concisa.
- Escucha activa
- Hablar con oraciones completas con pensamientos bien desarrollados y bien organizados.
- Hablar a un ritmo que permita a los estudiantes tiempo para procesar la información que se comparte.
- Brindarles a los estudiantes comentarios positivos. •

Establecer una relación con los estudiantes mediante el uso del sentido del humor.

# Apéndice H – Documentos de muestra



P.O. Box 311 Riderwood, MD 21139 Ph: 1-800-484-0419 E: [admin@lifeguardcertifications.com](mailto:admin@lifeguardcertifications.com) W: [lifeguardcertifications.com](http://lifeguardcertifications.com)

## ACCIDENT/INCIDENT REPORT

Date of Incident: \_\_\_\_\_ Time of Incident: \_\_\_\_\_ AM/PM

Weather Conditions: \_\_\_\_\_

Name of Injured Person: \_\_\_\_\_

Permanent Address: \_\_\_\_\_

Present Address: \_\_\_\_\_

Home Phone: \_\_\_\_\_ Cell Phone: \_\_\_\_\_

Date of Birth: \_\_\_\_\_ Male \_\_\_\_\_ Female: \_\_\_\_\_

Parent/Guardian Name (if minor): \_\_\_\_\_

Description of Injury: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Details of Incident: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Name(s) of Witnesses: \_\_\_\_\_

Permanent Address of Witness: \_\_\_\_\_

Present Address of Witness: \_\_\_\_\_

Home Phone: \_\_\_\_\_ Cell Phone: \_\_\_\_\_

Was Witness Statement Obtained? Yes \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

Was First Aid or Other Medical Treatment Rendered? Yes \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

If yes, please describe treatment: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Name of Person Rendering Medical Treatment: \_\_\_\_\_

Home Phone: \_\_\_\_\_ Cell Phone: \_\_\_\_\_

Did injury require EMS/Hospital visit? Yes \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

Name of Hospital: \_\_\_\_\_

Hospital Phone Number: \_\_\_\_\_

Photographs Taken? Yes \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

**Signature of Injured Party:**

X \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(Printed Name)

\_\_\_\_\_  
(Date)

**Signature of Injured Party if Medical Attention was Declined:**

X \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(Printed Name)

\_\_\_\_\_  
(Date)

**Signature of Person Completing Report:**

X \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(Printed Name)

\_\_\_\_\_  
(Date)

**Signature of Director/Owner:**

X \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(Printed Name)

\_\_\_\_\_  
(Date)

SAMPLE



# Apéndice J

## Formulario de comentarios sobre la demostración de lecciones para candidatos a instructores (LDFF)

Nombre del candidato a instructor: \_\_\_\_\_

	Competencia		Notas:	Áreas para Mejora:	Puntos fuertes:
	Competente	No Competente			
<p>Contenido</p> <p>Conocimiento</p> <p>Muestra buen dominio y conocimiento de Contenido; demuestra amplitud y profundidad de dominio.</p>					
<p>Organización</p> <p>Preparación de evidencias; establece objetivos claros; resume los puntos principales; monitorea eficazmente al candidato progreso</p>					
<p>Métodos de enseñanza</p> <p>Ejemplos claros, simples y precisos; preguntas breves y claras; sondeos para obtener aclaraciones de los estudiantes; permite suficiente tiempo de</p>					
<p>espera</p> <p>Uso de recursos Utiliza eficazmente los recursos de enseñanza (es decir, manuales, esquemas, SAF, videos, diapositivas)</p>					
<p>Evaluación y retroalimentación</p> <p>La retroalimentación se centra en la habilidad o escenario; específico y detallado; ayuda al estudiante a mejorar;</p>					

Instructor WASH S.2/S.3 Nombre: Instructor \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

WASH S.2/S.3 Firma: \_\_\_\_\_

Identificación de certificación de instructor WASH S.2/S.3: \_\_\_\_\_

Instructor WASH S.2/S.3 Afiliación al centro de capacitación: Identificación \_\_\_\_\_

del centro de capacitación: \_\_\_\_\_

# Apéndice K

## Formulario de planificación de lecciones para candidatos a instructores (LPF)

Nombre del candidato a instructor: \_\_\_\_\_

	TEMA:
Objetivo(s):	
Duración de la lección: (minutos)	
Método(s) de enseñanza/entrega:	
Puntos clave/Habilidades/Contenido/Terminación	
ología: Recursos: (segmentos de video, referencias de páginas del manual, equipos, diapositivas, etc.)	
Preguntas orientadoras:	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> <li>•</li> <li>•</li> <li>•</li> <li>•</li> </ul>

# Apéndice L

## Recertificación de socorristas de piscina

### Descripción del curso

#### HABILIDADES PRERREQUISITAS

Habilidad	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Introducción	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporcionar una descripción general de los requisitos previos</li> <li>• Verificar la identidad del participante</li> </ul>	15
Desempeño de habilidades prerrequisito	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluar las habilidades de cada participante •</li> </ul>	45
Conclusión	Proporcionar detalles del curso: fecha(s), hora(s), ubicación(es)	5
Tiempo total (minutos)		65

#### PREVENCIONES

##### Capítulo 1 – Introducción al socorrismo

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Introducción al curso	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentarse y hacer que los participantes se presenten.</li> <li>• Describir el propósito del curso.</li> </ul>	10
Responsabilidad primaria	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar la responsabilidad principal de un salvavidas • Identificar</li> </ul>	10
Seguridad y bienestar de los socorristas	los peligros para un salvavidas <ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar cómo un socorrista puede permanecer alerta mientras está de servicio.</li> </ul>	10
Salvavidas profesional	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar las características y conductas de un socorrista profesional • Revisar las mejores</li> </ul>	20
Mejores prácticas y las tres "R"	prácticas para los socorristas de servicio • Definir el socorrismo	20
Salvavidas preventivo	preventivo • Explicar las características y las mejores prácticas del socorrismo preventivo	15
Información legal para socorristas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar los problemas legales sobre los que los socorristas deben tener conocimiento y comprensión.</li> <li>• Explicar las responsabilidades del salvavidas en relación con cuestiones legales que incluyen: deber de actuar, estándar de atención, negligencia, consentimiento, rechazo de atención, abandono, confidencialidad, documentación.</li> </ul>	20
Tiempo total (minutos)		105

##### Capítulo 2 – Equipo de protección individual (EPI)

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Patógenos transmitidos por la sangre	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definir los patógenos transmitidos por la</li> </ul>	15
Precauciones estándar	sangre • Identificar las precauciones estándar que se deben utilizar cuando Proporcionar atención de emergencia <b>Demostrar y practicar:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Retirada y eliminación adecuada de guantes.</li> </ul>	15
Reducir la exposición	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar los métodos y las mejores prácticas para prevenir la exposición a patógenos transmitidos por la sangre.</li> </ul>	10
Limpieza de heces	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar y explicar las mejores prácticas al manipular materia fecal en el área de natación.</li> </ul>	10
Tiempo total (minutos)		50

##### Capítulo 3 – Gestión de riesgos

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Gestión de riesgos y seguridad	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar los riesgos generales de las instalaciones.</li> <li>• Explicar cómo identificar y mitigar los riesgos para los usuarios.</li> </ul>	30
Tiempo total (minutos)		30

## Capítulo 4 – Aplicación de las normas

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Establecimiento y aplicación de normas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar la base para establecer reglas.</li> <li>• Indicar cómo comunicar las reglas a los usuarios.</li> </ul>	10
Educar a los usuarios	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender los beneficios de educar a los usuarios sobre normas</li> </ul>	10
Desmayo hipóxico	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definir el desmayo hipóxico y explicar los peligros que conlleva. hiperventilación voluntaria</li> </ul>	10
Tiempo total (minutos)		30

## RECONOCIMIENTO

## Capítulo 5 – Ahogamiento

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Estadísticas y hechos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar hechos generales con respecto a los incidentes de ahogamiento accidental en todo el mundo.</li> </ul>	10
Definición y proceso	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definir ahogamiento</li> <li>• Explicar el proceso de ahogamiento.</li> </ul>	20
Tiempo total (minutos)		30

## Capítulo 6 – Vigilancia de los usuarios

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Cobertura de zona	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar el concepto de cobertura de zona al proporcionar vigilancia a los usuarios • Explicar</li> </ul>	25
Cobertura de respaldo	<ul style="list-style-type: none"> <li>los conceptos de cobertura de respaldo y explicar cómo se aplica durante una emergencia</li> </ul>	25
Tiempo total (minutos)		50

## Capítulo 7 – Escaneo

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Técnicas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender y poder ejecutar técnicas de escaneo adecuadas.</li> </ul>	15
Rotaciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender las características de un salvavidas adecuado. rotación</li> <li>• Demostrar una rotación eficaz de salvavidas.</li> </ul>	15
Tiempo total (minutos)		30

## Capítulo 8 – Reconocimiento de víctimas

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Señales de angustia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender y poder reconocer los signos y síntomas de un nadador en dificultades.</li> </ul>	15
Factor RID	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar los factores que pueden provocar accidentes e incidentes de ahogamiento en instalaciones vigiladas.</li> </ul>	15
Tiempo total (minutos)		30

## RESPONDER

## Capítulo 9 – Plan de Acción de Emergencia (PAE)

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Planes de acción de emergencia (PAE)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definir un EAP y su propósito</li> <li>• Desarrollar modelos de EAP para las instalaciones de los estudiantes.</li> </ul>	35
Comunicación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar los tipos de información confiable y la necesidad de información confiable. Comunicación entre socorristas y entre socorristas y otros miembros del personal.</li> </ul>	10
Tiempo total (minutos)		45

## Capítulo 10 – Emergencias relacionadas con el agua

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Ayuda	<b>Demostración y práctica de:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Asistencia de lanzamiento</li> <li>• Asistencia para alcanzar</li> </ul>	35
Entradas y accesos al agua	<b>Demostración y práctica de:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inmersión con los pies por delante</li> <li>• Lanzarse de cabeza</li> <li>• Salto compacto</li> <li>• Salto de zancada</li> <li>• Deslizarse hacia adentro</li> <li>• Natación crol con la cabeza fuera del agua y los ojos puestos en la(s) víctima(s)</li> <li>• Braza o caminata hacia una víctima de un posible traumatismo espinal</li> </ul>	35
Rescates y escapes acuáticos	<b>Demostración y práctica de:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escape delantero</li> <li>• Escape trasero</li> <li>• Rescate trasero de víctimas activas</li> <li>• Frente de Rescate de Víctimas Activas</li> <li>• Rescate trasero de víctimas pasivas</li> <li>• Rescate pasivo de víctimas frontales</li> <li>• Rescate de víctimas múltiples</li> <li>• Rescate de víctimas sumergidas</li> </ul>	145
Extracción del agua	<b>Demostración y práctica de:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Asistencia para caminar desde profundidad cero</li> <li>• Extracción rápida de víctima activa o pasiva mediante tablero</li> <li>• Extracción de víctima de traumatismo medular en camilla</li> </ul>	35
<b>Tiempo total (minutos)</b>		<b>250</b>

## Capítulo 11 – Traumatismos de la columna vertebral

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Signos y síntomas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar los signos y síntomas de un posible traumatismo espinal</li> <li>• Explicar</li> </ul>	30
Estabilización de la columna vertebral sospechosa Trauma	<p>por qué, cuándo y cómo se utilizan las técnicas de estabilización espinal tanto en y fuera del agua.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar la necesidad de que las instalaciones acuáticas consulten la dirección médica local sobre las mejores Prácticas en el cuidado de una víctima de traumatismo espinal en el agua.</li> </ul> <b>Demostración y práctica de:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Agarre de cabeza, mentón y pecho</li> <li>• Férulas para brazos</li> <li>• Transporte estable sentado</li> <li>• Tablero trasero</li> <li>• Uso de un collarín C</li> </ul>	150
<b>Tiempo total (minutos)</b>		<b>180</b>

## Capítulo 12 – Primeros auxilios

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Ver Primeros auxilios de ASHI (una empresa de HSI) Descripción del curso	VER MANUAL DE PRIMEROS AUXILIOS DE ASHI	120-150

## Capítulo 13 – Soporte Vital Básico (SVB)

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Ver curso BLS de ASHI (una empresa de HSI) Describir	VER MANUAL DE ASHI BLS	180-240

## INSTALACIONES

## Capítulo 14 – Educación continua y capacitación en el trabajo

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Educación continua y capacitación en servicio	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar la necesidad de practicar continuamente para mantener las habilidades actualizadas.</li> <li>• Explicar la necesidad de una formación periódica en el servicio.</li> </ul>	20
Tiempo total (minutos)		20

## Capítulo 15 – Escenarios especiales

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Instalaciones de One Guard	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar las limitaciones de una instalación de socorrismo.</li> <li>• Identificar las habilidades físicas que requieren adaptación si se trabaja en una instalación con un solo salvavidas.</li> <li>• Explicar cómo adaptar las habilidades físicas a una Instalación de salvavidas para poder brindar atención de emergencia eficaz</li> </ul>	25
Instalaciones con características especiales	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar los desafíos únicos que presentan las características específicas de las instalaciones.</li> <li>• Explicar cómo brindar atención de emergencia cuando se trata de estas características específicas de las instalaciones.</li> </ul>	25
Tiempo total (minutos)		50

## EXAMEN ESCRITO FINAL

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo
Examen final escrito		(minutos) 45
Tiempo total (minutos)		45

## EVALUACIÓN FINAL DE HABILIDADES FÍSICAS

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Evaluación final de Habilidades físicas		120
Tiempo total (minutos)		120

TIEMPO TOTAL DEL CURSO DEL PLAN DE ESTUDIOS DE RECERTIFICACIÓN DE SALVAVIDAS (no incluye requisitos previos ni evaluaciones formales escritas o prácticas):

15 horas, 0 minutos

TIEMPO TOTAL DEL CURSO ASHI BLS/PRIMEROS AUXILIOS:

5 HORAS, 0 MINUTOS – 6 HORAS, 30 MINUTOS

TIEMPO TOTAL DEL CURSO (RECERTIFICACIÓN DE SALVAVIDAS WASH Y ASHI BLS/PRIMEROS AUXILIOS):

20 HORAS, 0 MINUTOS – 21 HORAS, 30 MINUTOS

## NOTAS IMPORTANTES:

\*El tiempo para cada lección incluye la entrega de conocimientos de contenido, así como la demostración y práctica de habilidades físicas\*

# Apéndice M

## Esquema del curso de desafío de salvavidas

### HABILIDADES PRERREQUISITAS

Habilidad	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Introducción	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporcionar una descripción general de los requisitos previos</li> <li>• Verificar la identidad del participante</li> </ul>	5
Desempeño de habilidades prerrequisito	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluar las habilidades de cada participante</li> </ul>	35
Tiempo total (minutos)		40

### RESPONDER

#### Capítulo 10 – Emergencias relacionadas con el agua

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Ayuda	<b>Demostración y práctica de:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Asistencia de lanzamiento</li> <li>• Asistencia para alcanzar</li> </ul>	5
Entradas y accesos al agua	<b>Demostración y práctica de:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inmersión con los pies por delante</li> <li>• Lanzarse de cabeza</li> <li>• Salto compacto</li> <li>• Salto de zancada</li> <li>• Deslizarse hacia adentro</li> <li>• Natación crol con la cabeza fuera del agua y los ojos puestos en la(s) víctima(s)</li> <li>• Braza o caminata hacia una víctima de un posible traumatismo espinal</li> </ul>	10
Rescates y escapes acuáticos	<b>Demostración y práctica de:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escape delantero</li> <li>• Escape trasero</li> <li>• Rescate trasero de víctimas activas</li> <li>• Frente de Rescate de Víctimas Activas</li> <li>• Rescate trasero de víctimas pasivas</li> <li>• Rescate pasivo de víctimas frontales</li> <li>• Rescate de víctimas múltiples</li> <li>• Rescate de víctimas sumergidas</li> </ul>	40
Extracción del agua	<b>Demostración y práctica de:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Asistencia para caminar desde profundidad cero</li> <li>• Extracción rápida de víctima activa o pasiva mediante tablero</li> <li>• Extracción de víctima de traumatismo medular en camilla</li> </ul>	10
Tiempo total (minutos)		65

#### Capítulo 11 – Traumatismos de la columna vertebral

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Signos y síntomas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar los signos y síntomas de un posible traumatismo espinal.</li> </ul>	5
Estabilización de la columna vertebral sospechosa Trauma	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar por qué, cuándo y cómo se utilizan técnicas de estabilización espinal tanto dentro como fuera del agua.</li> <li>• Explicar la necesidad de que las instalaciones acuáticas consulten la dirección médica local sobre las mejores Prácticas en el cuidado de una víctima de traumatismo espinal en el agua.</li> </ul> <b>Demostración y práctica de:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Agarre de cabeza, mentón y pecho</li> <li>• férulas para brazos</li> <li>• Transporte estable sentado</li> <li>• Tablero trasero</li> <li>• Uso de un collarín C</li> </ul>	60
Tiempo total (minutos)		65

## Capítulo 12 – Primeros auxilios

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Ver Primeros auxilios de ASHI (una empresa de HSI) Descripción del curso	VER MANUAL DE PRIMEROS AUXILIOS DE ASHI	90-120

## Capítulo 13 – Soporte Vital Básico (SVB)

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos) 90-120
Ver ASHI (una empresa de HSI) BLS Descripción del curso	VER MANUAL DE ASHI BLS	

## EXAMEN ESCRITO FINAL

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos) 45
Examen final escrito		
Tiempo total (minutos)		45

## EVALUACIÓN FINAL DE HABILIDADES FÍSICAS

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos) 45
Evaluación final de habilidades físicas		
Tiempo total (minutos)		45

## TIEMPO DEL CURSO DEL PLAN DE ESTUDIANTES DEL DESAFÍO TOTAL DE SALVAVIDAS:

4 horas, 35 minutos

## TIEMPO TOTAL DEL CURSO ASHI BLS/PRIMEROS AUXILIOS:

3 HORAS, 0 MINUTOS – 4 HORAS, 0 MINUTOS

## TIEMPO TOTAL DEL CURSO (DESAFÍO DE SALVAVIDAS WASH Y ASHI BLS/PRIMEROS AUXILIOS):

7 HORAS, 35 MINUTOS – 8 HORAS, 35 MINUTOS

## NOTAS IMPORTANTES:

\*El tiempo para cada lección incluye la entrega de conocimientos de contenido, así como la demostración y práctica de habilidades físicas\*

# Apéndice N

## Esquema del curso de salvavidas en piscinas poco profundas

### HABILIDADES PRERREQUISITAS

Habilidad	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Introducción	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporcionar una descripción general de los requisitos previos</li> <li>• Verificar la edad y la identidad del participante</li> </ul>	15
Rendimiento de Pre-Habilidades requeridas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluar las habilidades de cada participante</li> </ul>	35
Conclusión	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporcionar detalles del curso: fecha(s), hora(s), ubicación(es).</li> </ul>	5
Tiempo total (minutos)		65

### PREVENCIONES

#### Capítulo 1 – Introducción al socorrismo

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Introducción al curso	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentarse y hacer que los participantes se presenten.</li> <li>• Describir el propósito del curso.</li> </ul>	10
Responsabilidad primaria	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar la responsabilidad principal de un salvavidas. • Identificar</li> </ul>	15
Seguridad y bienestar de los salvavidas Ser	<ul style="list-style-type: none"> <li>los peligros a los que se enfrenta un salvavidas.</li> <li>• Explicar cómo un socorrista puede permanecer alerta mientras está de</li> </ul>	15
Salvavidas profesional	<ul style="list-style-type: none"> <li>servicio. • Identificar las características y conductas de un socorrista profesional. • Revisar</li> </ul>	25
Mejores prácticas y Tres "R"	<ul style="list-style-type: none"> <li>las mejores prácticas para los socorristas de servicio.</li> <li>• Identificar y comprender las tres "R"</li> </ul>	25
Preventivo Salvavidas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definir socorrismo preventivo.</li> <li>• Explicar las características y mejores prácticas del socorrismo preventivo.</li> </ul>	20
Información legal para socorristas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar los aspectos legales sobre los cuales los socorristas deben tener conocimiento y comprensión.</li> <li>• Explicar las responsabilidades del salvavidas en relación con cuestiones legales que incluyen: deber de actuar, estándar de atención, negligencia, consentimiento, rechazo de atención, abandono, confidencialidad y documentación.</li> </ul>	25
Tiempo total (minutos)		135

#### Capítulo 2 – Equipo de protección individual (EPI)

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Patógenos transmitidos por la sangre	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definir los patógenos transmitidos por la</li> </ul>	20
Precauciones estándar	<ul style="list-style-type: none"> <li>sangre. • Identificar las precauciones estándar que se deben utilizar al brindar atención de emergencia. Demostración y práctica de:</li> <li>• Retirada y eliminación adecuada de guantes.</li> </ul>	10
Reducir la exposición	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar los métodos y las mejores prácticas para prevenir la exposición a enfermedades transmitidas por la sangre. patógenos.</li> </ul>	10
Limpiezas fecales	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar y explicar las mejores prácticas al manejar materia fecal en el área de natación.</li> </ul>	10
Tiempo total (minutos)		60

#### Capítulo 3 – Gestión de riesgos

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Gestión de riesgos y seguridad	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar los riesgos generales de las instalaciones.</li> <li>• Explicar cómo identificar y mitigar los riesgos para los usuarios.</li> </ul>	35
Tiempo total (minutos)		35

## Capítulo 4 – Aplicación de las normas

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Establecimiento de reglas y Aplicación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar la base para establecer reglas.</li> <li>• Indicar cómo comunicar las reglas a los usuarios.</li> </ul>	15
Educación a los usuarios	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender los beneficios de educar a los usuarios sobre las reglas.</li> </ul>	15
Desmayo hipóxico	Explicar el desmayo hipóxico y los peligros de la hiperventilación voluntaria.	15
Tiempo total (minutos)		45

## RECONOCIMIENTO

## Capítulo 5 Ahogamiento

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Estadísticas y hechos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar hechos generales con respecto a los incidentes de ahogamiento accidental en todo el mundo.</li> </ul>	10
Definición y proceso	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definir ahogamiento</li> <li>• Explicar el proceso de ahogamiento.</li> </ul>	25
Tiempo total (minutos)		35

## Capítulo 6 – Vigilancia de los usuarios

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Cobertura de zona	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar el concepto de cobertura de zona al proporcionar vigilancia a los usuarios.</li> </ul>	30
Cobertura de respaldo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar el concepto de cobertura de respaldo y explicar cómo se aplica durante una emergencia.</li> </ul>	30
Tiempo total (minutos)		60

## Capítulo 7 – Escaneo

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Técnicas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender y poder ejecutar técnicas adecuadas de escaneo.</li> </ul>	20
Rotaciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender las características de una rotación adecuada de salvavidas.</li> <li>• Demostrar una rotación efectiva de salvavidas.</li> </ul>	20
Tiempo total (minutos)		40

## Capítulo 8 – Reconocimiento de víctimas

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Señales de angustia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender y poder reconocer las señales de un bañista en apuros.</li> </ul>	20
Factor RID	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar los factores que pueden provocar accidentes e incidentes de ahogamiento en instalaciones vigiladas.</li> </ul>	20
Tiempo total (minutos)		40

## RESPONDER

## Capítulo 9 – Plan de Acción de Emergencia (PAE)

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo (minutos)
Acción de emergencia Planes (EAP)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definir un EAP y su propósito</li> <li>• Desarrollar modelos de EAP para las instalaciones de los estudiantes.</li> </ul>	40
Comunicación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar los tipos de comunicación confiable y la necesidad de una comunicación confiable entre salvavidas y entre salvavidas y otros miembros del personal.</li> </ul>	15
Tiempo total (minutos)		55

## Capítulo 10 – Emergencias en el agua – HABILIDADES QUE SOLO SE EJECUTAN EN PROFUNDIDADES DE AGUA DE 6 PIES O MENOS

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo
Ayuda	Demostración y práctica de: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Asistencia de lanzamiento</li> <li>• Asistencia para alcanzar</li> </ul>	(minutos) 45
Entradas de agua y Aproxes	Demostración y práctica de: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inmersión con los pies por delante</li> <li>• Lanzarse de cabeza</li> <li>• Salto compacto</li> <li>• Salto de zancada</li> <li>• Deslizarse hacia adentro</li> <li>• Natación crol con la cabeza fuera del agua y los ojos puestos en la(s) víctima(s)</li> <li>• Braza o caminata hacia una víctima de un posible traumatismo espinal</li> </ul>	45
Rescates acuáticos y Escapes	Demostración y práctica de: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escape delantero</li> <li>• Escape trasero</li> <li>• Rescate trasero de víctimas activas</li> <li>• Frente de Rescate de Víctimas Activas</li> <li>• Rescate trasero de víctimas pasivas</li> <li>• Rescate pasivo de víctimas frontales</li> <li>• Rescate de víctimas múltiples</li> <li>• Rescate de víctimas sumergidas</li> </ul>	150
Extracción del agua	Demostración y práctica de: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Asistencia para caminar desde profundidad cero</li> <li>• Extracción rápida de víctima activa o pasiva mediante tablero</li> <li>• Extracción de víctima de traumatismo medular en camilla</li> </ul>	35
Tiempo total (minutos)		275

## Capítulo 11 – Traumatismos de la columna vertebral – HABILIDADES EJECUTADAS EN PROFUNDIDADES DE AGUA DE 6 PIES O MENOS

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo
Signos y síntomas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar los signos y síntomas de un posible traumatismo espinal.</li> </ul>	(minutos) 35
Estabilización de Sospecha de traumatismo espinal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar por qué, cuándo y cómo se utilizan técnicas de estabilización espinal tanto dentro como fuera del agua.</li> <li>• Explicar la necesidad de que las instalaciones acuáticas consulten la dirección médica local sobre las mejores Prácticas en el cuidado de una víctima de traumatismo espinal en el agua.</li> </ul> Demostración y práctica de: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Agarre de cabeza, mentón y pecho</li> <li>• Férulas para brazos</li> <li>• Transporte estable sentado</li> <li>• Tablero trasero</li> <li>• Uso de un collarín C</li> </ul>	155
Tiempo total (minutos)		190

## Capítulo 12 – Primeros auxilios ASHI

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo
Ver Primeros auxilios de ASHI (una empresa de HSI) Descripción del curso	VER MANUAL DE PRIMEROS AUXILIOS DE ASHI	(minutos) 150-180 minutos

## Capítulo 13 – Soporte vital básico (BLS) de ASHI

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo
Ver curso BLS de ASHI (una empresa de HSI) Describir	VER MANUAL DE ASH BLS	240-300 minutos

## Capítulo 14 – Educación continua y capacitación en el trabajo

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo
Educación continua & Servicios Internos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar la necesidad de practicar continuamente para mantener las habilidades actualizadas.</li> <li>• Explicar la necesidad de capacitación regular en servicio.</li> </ul>	(minutos) 20
Tiempo total (minutos)		20

## Capítulo 15 – Escenarios especiales

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo
Instalaciones de One Guard	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar las limitaciones de una instalación de salvavidas.</li> <li>• Identificar las habilidades físicas que requieren adaptación si se trabaja en una instalación con un solo salvavidas.</li> <li>• Explicar cómo adaptar las habilidades físicas en una instalación con un solo salvavidas para poder brindar una atención de emergencia eficaz.</li> </ul>	(minutos) 25
Instalaciones con Especial Características	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar los desafíos únicos que presentan las características específicas de cada instalación.</li> <li>• Explicar cómo brindar atención de emergencia cuando se trata de estas instalaciones específicas características.</li> </ul>	30
Tiempo total (minutos)		55

## EXAMEN ESCRITO FINAL

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo
Examen final escrito		(minutos) 45
Tiempo total (minutos)		45

## EVALUACIÓN FINAL DE HABILIDADES FÍSICAS

Lección	Objetivo(s) y/o Habilidades Físicas	Tiempo
Evaluación final de Habilidades físicas		(minutos) 75
Tiempo total (minutos)		75

**TIEMPO TOTAL DEL CURSO DEL PLAN DE ESTUDIOS DE SALVAVIDAS EN PISCINAS POCO PROFUNDAS (no incluye requisitos previos ni evaluaciones formales escritas o prácticas):**  
**17 horas, 25 minutos**

**TIEMPO TOTAL DEL CURSO RCP/DEA (ASHI BLS)/PRIMEROS AUXILIOS:**  
**6 HORAS, 30 MINUTOS – 8 HORAS, 0 MINUTOS (ver capítulos 12 y 13)**

**TIEMPO TOTAL DEL CURSO (LAVADO DE SALVAVIDAS EN PISCINAS POCO PROFUNDAS Y ASHI BLS/PRIMEROS AUXILIOS):**  
**23 HORAS, 55 MINUTOS – 25 HORAS, 25 MINUTOS**

## Plan de enseñanza de 3 días

Temas del día 1

Prerrequisitos – Fin del Capítulo 9

Tiempo aproximado:

9 horas, 30 minutos

DÍA #2 Temas

Capítulo 10 – Capítulo 12

10 horas, 15 minutos – 10 horas, 45 minutos

DÍA #3 Temas

Capítulo 13 – Evaluaciones escritas y de habilidades

7 horas, 15 minutos – 8 horas, 15 minutos

TIEMPO TOTAL:

27 horas, 0 minutos – 28 horas, 30 minutos

## NOTAS IMPORTANTES: • El

tiempo total incluye RCP/DEA (ASHI BLS); primeros auxilios ASHI; salvavidas en piscinas poco profundas, incluidos los requisitos previos y las habilidades y los exámenes finales escritos. exámenes/evaluaciones.

• El tiempo para cada lección incluye la entrega de conocimientos de contenido, así como la demostración y práctica de habilidades físicas.

# Apéndice O

## Prácticas docentes del curso de Instructor de Salvavidas S.1

Práctica del curso de instructor de salvavidas S.1 Opciones de asignación de enseñanza. A cada candidato a instructor se le asignarán 4 asignaciones de enseñanza y será responsable de impartir las lecciones en toda la fila que se le haya asignado (es decir, una persona asignada al n.º 2 impartirá las siguientes lecciones: Proceso de ahogamiento, Rescate activo de víctimas: trasero y delantero, Respiración de rescate: adultos y Escenario: Víctima sumergida en aguas profundas).

La tarea de práctica docente n.º 4 está diseñada para incluir un escenario completo que comienza con el reconocimiento de la víctima y finaliza con la llegada y/o la transferencia al personal de EMS.

La evaluación de las tareas prácticas de docencia se realizará utilizando el

Formulario de comentarios sobre la demostración de la lección.

#	Práctica docente n.º 1	Práctica de enseñanza #2	Práctica de enseñanza #3	Práctica de enseñanza #4
1	Capítulo #1 - Profesional Salvavidas	Traumatismo espinal: evaluación primaria en aguas profundas		Escenario – Víctima activa en Aguas profundas
2	Capítulo #5 - Ahogamiento Proceso	Rescate activo de víctimas: parte trasera y trasera Frente	Respiración de rescate para adultos	Escenario: Víctima sumergida en aguas profundas
3	Capítulos #6-7 Vigilancia/ Exploración	Rescate pasivo de víctimas – Parte trasera & Frente	Consciente e inconsciente Asfixia – Adulto	Escenario – Víctima pasiva en Aguas poco profundas
4	Capítulo #8 – Víctima Reconocimiento	Rescate de víctimas sumergidas	Respiración de rescate – Niños y Niño	Escenario – RCP #5
5	Capítulo #9 - EAP	Víctima pasiva y activa Extracciones	Escenario de RCP con DEA para dos personas: primeros auxilios n.º 2	
6	Capítulos #3-4 – Riesgo Gestión y normas	Férulas para brazos y cabeza y mentón Agarre de pecho	RCP – Niños y bebés	Escenario – Víctima pasiva en Aguas profundas
7	Capítulo #1 - Legal Consideraciones	Traumatismo espinal superficial Agua	RCP – Adulto	Escenario: Víctima espinal en Aguas profundas
8	Capítulo #1 y 5 - Tres R's, Factor RID y 10-20	Asistencias y entradas	Uso de DEA	Escenario – RCP #3

# Referencias

1. Comité de Trauma del Colegio Estadounidense de Cirujanos. Advanced Trauma Life Support, 7.<sup>a</sup> ed. Chicago: Colegio Americano de Cirujanos, 2007.
2. Asociación para la Educación Experiencial. <https://www.aeee.org/>.
3. Bart R. y Lau H. 2021. Apagón en aguas poco profundas. Disponible: [Apagón en aguas poco profundas - StatPearls - Estantería NCBI \(nih.gov\)](#).
4. Boyd C, Levy A, McProud T, Huang L, Ranases E, Olson C., Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC). Resultados de ahogamiento fatales y no fatales relacionados con conductas peligrosas de retención de la respiración bajo el agua - Estado de Nueva York, 1988-2011. MMWR Morb Mortal Wkly Rep. 22 de mayo de 2015;64(19):518-21.
5. Brewster, CB Salvamento en aguas abiertas: Manual de la Asociación de Salvamento de los Estados Unidos. 2.<sup>a</sup> ed. Boston: Pearson Custom Publishing, 2003.
6. Calvert, Deb. Seis estilos de aprendizaje preferidos para adultos: adapte su mensaje para obtener un mejor resultado. Respuesta. Managing Americans, versión web. Disponible en: <http://www.managingamericans.com/Workplace-Communication-Skills/Success/Six-preferred-learning-styles-for-adults-424.htm>.
7. Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. 2015. Resultados de ahogamiento fatales y no fatales relacionados con conductas peligrosas de retención de la respiración bajo el agua – Estado de Nueva York, 1988-2011. Disponible: [Resultados de ahogamiento fatales y no fatales relacionados con conductas peligrosas de contener la respiración bajo el agua – Estado de Nueva York, 1988–2011 \(cdc.gov\)](#).
8. Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, Centro Nacional para la Prevención y el Control de Lesiones. Sistema de consulta y presentación de informes de estadísticas de lesiones basado en la Web (WISQARS) [en línea]. [consultado el 3 de mayo de 2012]. Disponible en: URL: <http://www.cdc.gov/injury/wisqars>.
9. CDC. Datos en línea de amplio alcance para la investigación epidemiológica (WONDER). Atlanta, GA: CDC, Centro Nacional de Estadísticas de Salud; 2016. Disponible en <http://wonder.cdc.gov>.
10. Conner E. y Hawnwan P. 2020. Uso prehospitalario de collarines cervicales. EMSWorld basado en la Web Expo Impresión Online [en línea]. [citado el 28 de febrero de 2020]. Disponible en: <https://www.emsworld.com/1223899/ce-article-prehospital-use-cervical-collars>.
11. Ham W, et al. Úlceras por presión causadas por inmovilización espinal en pacientes con traumatismos: una revisión sistemática. J Trauma Acute Care Surg, 2014; 76(4): 1,131–41.
12. Hauswald M, Ong G, Tandberg D, Omar Z. Inmovilización espinal extrahospitalaria: su efecto sobre Lesión neurológica. Acad Emerg Med, 1998; 5(3): 214-9.
13. Malvik, Callie. 2020. 4 tipos de estilos de aprendizaje: cómo adaptarse a una diversidad Grupo de estudiantes. Publicado por primera vez en 2018. Disponible en: <https://www.rasmussen.edu/degrees/education/blog/types-of-learning-styles/>.

14. March J, et al. Cambios en el examen físico causados por el uso de inmovilización espinal. Prehospitalario Atención de Emergencias, 2002; 6(4):421–4.
15. Pia F. 1984. El factor RID como causa de ahogamiento. Publicado por primera vez en Parks & Recreation, junio: 52-67. Disponible en: [www.pia-enterprises.com/RID.pdf](http://www.pia-enterprises.com/RID.pdf)
16. Totten VY, et al. Efectos respiratorios de la inmovilización espinal. Atención de emergencia prehospitalaria, 1999; 3(4): 347–52.
17. Universidad de California Davis (UC Davis). (2011). Definiciones del ciclo de aprendizaje experiencial de 5 pasos. [https://www.experientialearning.ucdavis.edu/module1/el1\\_40-5step-definitions.pdf](https://www.experientialearning.ucdavis.edu/module1/el1_40-5step-definitions.pdf).
18. White CC et al. Precauciones de los servicios médicos de urgencias para la columna vertebral y el uso de la camilla larga: recurso Documento de la Declaración de Posición de la Asociación Nacional de Médicos de Servicios Médicos de Emergencia y el Comité de Trauma del Colegio Estadounidense de Cirujanos. Prehosp Emerg Care 2014; 18(2): 306–14.
19. Wurdinger, SD y Carlson, JA (2010). Enseñanza para el aprendizaje experiencial: cinco enfoques que funcionan. Lanham, MD: Rowman & Littlefield Education.

## Biografía del presidente



Jeff Dudley fundó la Academia Mundial de Seguridad y Salud (WASH) en 2020 con el objetivo de reducir los accidentes relacionados con el agua al brindar una opción de capacitación asequible, accesible y flexible para todas las poblaciones. Ha trabajado en actividades acuáticas desde 1990. Durante este tiempo, se desempeñó como Director de Actividades Acuáticas para Seapointe Village; Oficial de Capacitación, Médico y Teniente de Rescate Oceánico para el Municipio de Cape May Point; Funcionario de la Asociación de Salvamento de Vidas de los Estados Unidos (USLA) Campeonatos Nacionales de Salvavidas; y ha brindado capacitaciones y servicios internos sobre salvavidas, salvamento, rescate acuático y rescate técnico en todo el mundo a salvavidas de piscinas y océanos; departamentos de policía; operadores del 911; organizaciones de búsqueda y rescate; agencias de aduanas y fronteras; organizaciones sin fines de lucro; organizaciones militares; organizaciones de gestión de desastres; operadores de buques comerciales; y departamentos de bomberos y servicios médicos de emergencia. El Sr. Dudley es autor, coautor y ha publicado varios libros y manuales relacionados con el rescate acuático y técnico, así como con la seguridad marítima.

Posee una licenciatura y una maestría, así como certificaciones en varios estados en educación especial, profesor de ciencias, administrador I y II. Ha trabajado como profesional de la educación desde 1998 y ha ocupado puestos de profesor, director de atletismo, decano, director y jefe de escuela tanto en entornos públicos como privados. Dudley ha sido seleccionado para formar parte de varios comités de revisión de acreditación escolar regionales y nacionales.

Dudley vive en el condado de Baltimore, Maryland.



Dirección de la sede corporativa: 1209  
Mountain Road, PL NE Ste R Albuquerque,  
NM 87110 EE. UU.

Dirección de facturación/envío postal:  
PO Box 311 Riderwood, MD 21139 EE. UU.

E: [admin@lifeguardcertifications.com](mailto:admin@lifeguardcertifications.com)  
Teléfono: 1-800-484-0419

W: [LifeguardCertifications.com](http://LifeguardCertifications.com)

ISBN 979-888627704-3

US \$52.00  
55200



9 798886 277043

