



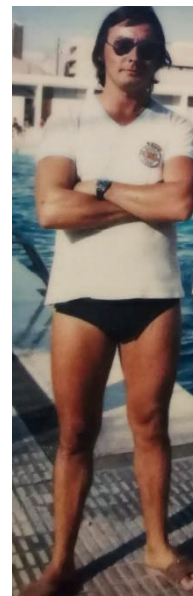
ARTÍCULO ELABORADO POR LA FUNDACIÓN DE SALVAMENTO

Socorrista profesional

INTRODUCCIÓN

Te estás formando para convertirte en socorrista profesional, asumiendo la responsabilidad de la vida de las personas que participan en una variedad de actividades acuáticas. Como socorrista profesional con la responsabilidad legal de actuar en caso de emergencia, debes ser auto disciplinado y tener confianza en tus conocimientos y habilidades. Necesitas tener

- * Sólidas habilidades en relaciones públicas.
- * Servicio al cliente.
- * Resolución de conflictos.
- * Debes estar dispuesto a ser un líder.
- * Ser un socorrista profesional requiere madurez, profesionalismo y competencia en especialidades



El propósito del curso de socorrista profesional es enseñarle las habilidades necesarias para ayudar a prevenir y responder a emergencias acuáticas. Esto incluye

- * Habilidades de rescate terrestre y acuático, además de primeros auxilios y RCP.
- * La Fundación invierte mucho en el éxito de cada alumno.
- * Capacitamos y gestionamos a nuestros alumnos ofreciendo un programa de capacitación de clase estatal.
- * En nuestro exclusivo programa de socorrista, aprenderá estrategias para mantener la vigilancia y brindar vigilancia en el entorno acuático.
- * También aprenderá cómo reconocer, responder y brindar atención de emergencia.
- * Aprender las mejores prácticas para maximizar el profesionalismo y la seguridad personal.

Información del curso de socorrista:

Los candidatos deben tener un mínimo de 16 años y asistir a todas las sesiones. Todos los candidatos deben aprobar una prueba acuática de habilidad previa para continuar en la selección de capacitación.

Esta prueba de habilidad consiste en: nadar 50 metros en menos de 0'50" nado socorrista.

Flotar en el agua durante 0'30" segundos usando solo las piernas y brazos elevados.

Recuperar un compañero en una profundidad media de 2'20 metros de profundidad y aguantar con una flotación estática solo con movimiento de piernas durante 0'30".

LA FORMACIÓN DEL SOCORRISTA EN INSTALACIONES ACUÁTICAS

Se habla mucho sobre cuáles son las directrices para la formación del socorrista, en este caso para instalaciones acuáticas; existen muchas discrepancias entre los organismos que formamos a los socorristas sobre qué temas hay que dar y cómo darlos, las horas necesarias para la formación idónea, pero, a pesar de lo que se piense, aunque no estamos de acuerdo, siempre hay que respetar lo que hacen los demás, siempre y cuando los formadores estén capacitados para impartir los cursos.



AVISO

Quiero dejar bien claro

Que todos los cursos que se impartan en la Fundación **"son presenciales"** así como, todos los exámenes, bien orales, escritos o de prácticas. Como presidente de la Fundación no estoy de acuerdo que se realicen fuera de las aulas exámenes finales **"no presenciales"**. Las empresas u organismos que pueden realizar este acto solamente lo hacen con el fin de abaratar las matrículas, pero según mi opinión y mi experiencia, deja mucho que desear la formación del socorrista.

Para la formación del socorrista, lo dividimos en dos bloques:

Bloque Común, el destinado para lograr los conocimientos teórico-prácticos básicos de los primeros auxilios y otras situaciones, y lo vamos a dividir en seis apartados y con una duración de **70 horas**:

- a) **Conocimiento básico de la anatomía y fisiología humana:** Apartado teórico-práctico que incluye los siguientes temas: sistema respiratorio y circulatorio, sistema nervioso, sistema digestivo, sistema óseo y sistema muscular...
- b) **Primeros auxilios de emergencia:** Apartado teórico-práctico para cubrir las situaciones de emergencia que amenazan la vida: asfixias, hemorragias, anomalías coronarias y cerebrales, reanimación cardiopulmonar y otras emergencias médicas potencialmente mortales.

- c) **Primeros Auxilios:** Apartado teórico-práctico que cubre la capacitación para algunos, pero no todos, de los siguientes: quemaduras, venenos, mordeduras y picaduras, cuidado de heridas, fracturas, accidentes producidos por el calor y el frío lesiones musculares, lesiones torácicas, parto de emergencia y atención de víctimas múltiples.
- d) **Psicología del socorrista:** Apartado teórico-práctico que incluye los siguientes temas: la ansiedad, el bloqueo mental, la autoconfianza y el desgaste psíquico.
- e) **Legislación:** Apartado teórico que incluye los siguientes temas: Legislación sobre las instalaciones, la relación laboral del socorrista y la responsabilidad civil y penal del mismo.
- f) **Otros temas:** Apartado teórico que incluye los siguientes temas: riesgos laborales, accidentes de tráfico y catástrofes.

Bloque específico: Para la enseñanza del bloque específico, lo vamos a dividir en tres apartados con una duración de **80 horas**:

- a) **La prevención:** Apartado teórico-práctico que incluye los siguientes temas: Valoración de las cualidades del socorrista acuático, prevención de la instalación, prevención del propio socorrista y prevención ante los bañistas.
- b) **La vigilancia y el control de la piscina:** Apartado que incluye los siguientes temas: Factores que influyen en la vigilancia, el control, la presteza y el diagnóstico y la actuación.
- c) **La natación:** Apartado que incluye lo siguiente: Teoría y práctica de los cuatro estilos de la natación.
- d) **Prácticas acuáticas:** Apartado teórico-práctico que incluye lo siguiente: Técnicas de los sistemas de arrastre, salvamento sin material, salvamento con material, víctimas con posible lesión cervical, métodos de extracción del agua, presas y zafaduras.

Al final del curso los alumnos deben:

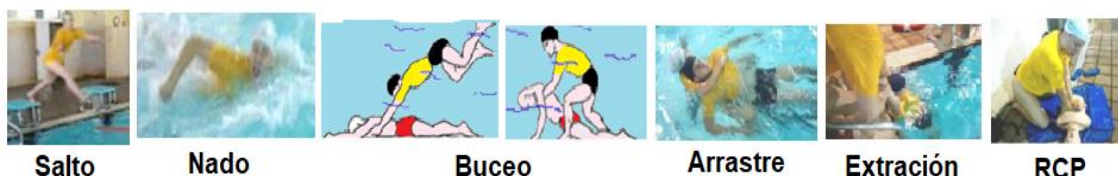
- * Aprobar seis simulaciones prácticas de primeros auxilios.
- * Realizar una RCP con DESA durante 20 minutos.
- * Presentar los tres trabajos de desarrollo mandados por Gmail.

En la parte práctica de salvamento deben pasar las siguientes pruebas:

- * **Víctima inconsciente en la superficie:** Sin material de rescate, salto, nado 15 m, técnica de giro, arrastre 15 m y sacarlo del agua. Tiempo máximo 0´45”



- * **Víctima sumergida:** Sin material de rescate, con camiseta de manga corta, salto, nado 10 m, buceo 5 m, recoger y sacar a la víctima a la superficie, arrastre 15 m y sacarlo fuera del agua. Tiempo máximo 0´45”.



* **Doble rescate; víctima consciente y víctima inconsciente en la superficie:**
 Con camiseta de manga corta y sin material de rescate salto, nado 15 m recoger a la víctima y arrastre 15 m dejándola en la escalera, salimos, abrazo nos colocamos el material de rescate, salto, arrastre 15 m técnica de colocación encima del material, realizar 5 insuflaciones rápidas, arrastre 15 m, sacarlo fuera del agua. Tiempo máximo 1´15". Una vez fuera, realizar 4 ciclos de RCP:

1º



Salto



Nado



Técnica



Arrastre

2º



Salto



Nado



Colocación



Insuflación



Arrastre



Extracción



RCP

Se recomienda, para actualizar los conocimientos de primeros auxilios y prácticas de salvamento, realizar un reciclaje cada año

LA ATENCIÓN DE LA VIGILANCIA DE LOS SOCORRISTAS

La labor de socorrismo es una tarea visual desafiante, que puede tener consecuencias devastadoras cuando ocurren fallas en la supervisión visual.

Los estudios reflejan diferencias de ahogamiento entre socorristas veteranos y socorristas noveles en su precisión de detección y tiempos de respuesta.

Sin embargo, los movimientos oculares de socorristas veteranos y socorristas noveles no reflejan necesariamente esta superioridad.

La experiencia por parte del socorrista veterano durante la vigilancia en el medio acuático incrementa en gran medida antes que el socorrista novel la probabilidad de identificar un ahogamiento antes de que sea irreversible

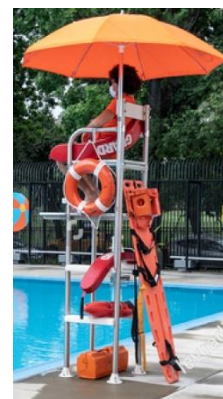
Los socorristas veteranos tienen una estrategia de búsqueda visual más flexible que responde a las demandas de la tarea.

Los socorristas noveles se distraen más fácilmente y no tienen tanta variación en la duración de su fijación, lo que sugiere una búsqueda visual menos flexible.

Los socorristas noveles parecen saber dónde mirar, pero no qué señales de comportamiento debían retener su atención.

Una segunda habilidad que puede contribuir a la detección de ahogamientos por parte de los socorristas en:

- * La capacidad de rastrear a los nadadores en el agua.
- * Seguir sus trayectorias.
- * Notando cualquier cambio en el comportamiento.
- * Observando cuándo las personas entran o salen del agua.
- * Cuando pasan de la zona de no nadadores a la zona de nadadores.



Situaciones reales que suelen ocurrir en piscinas, con la comparación entre cómo actúa un socorrista veterano y uno novel.

Aspecto	Veterano	Novel
Vigilancia	Anticipa	Observa sin anticipar
Decisiones	Rápidas y seguras	Lentitud o dudas
Rescates	Técnicos y eficientes	Correctos pero rígidos
Comunicación	Autoridad y calma	Inseguridad
Control del puesto	Excelente	Aprendizaje
Manejo del estrés	Alto	En desarrollo

Las observaciones de los socorristas se codificaron en tres comportamientos:

Mirarda a la zona de baño, o estaba mirando a otra parte.

Distracciones, definidas como intervalos en los que la atención visual del socorrista se distrae durante 5 segundos o más (por ejemplo, hablar con un cliente, beber, aplicar protector solar, etc.).

Escaneos, con movimiento de la mirada del socorrista de una sección del área asignada de la piscina a otra.

Sugerimos que los descansos periódicos podrían ser efectivos.

Por ejemplo:

- * Aumentaría la percepción de los incidentes de ahogamiento en su piscina.
- * Reeducaría sobre la gravedad potencial de los incidentes de ahogamiento.
- * Superaría las barreras percibidas sobre la realización de una vigilancia de alta calidad.

ESTUDIO Y SOLUCIONES CON RESPECTO A LA VIGILANCIA DE LOS SOCORRISTAS EN INSTALACIONES ACUÁTICAS

Hemos realizado un estudio sobre el tiempo que pueden tardar los socorristas al darse cuenta de que tienen una víctima en el fondo de la piscina.

El estudio mostró que, en promedio, se tomó un minuto y 14 segundos para que los socorristas detectaran al maniquí sumergido.

Los socorristas señalaron la presencia del maniquí solo en 46 ocasiones dentro de los 30 segundos o menos.

En el 40 por ciento se tomaron más de un minuto, y más de tres minutos en el 14 por ciento.

Estos dramáticos resultados demuestran el ahogamiento o casi ahogamiento que habría ocurrido en la mayoría de los casos de prueba, la falta de atención en la zona de baño.

A estos porcentajes hay que añadir que, ante el rescate, el 26 por ciento solamente utilizó material de rescate, por lo cual dificultaría más la supervivencia de la víctima.

Los factores que afectan a la vigilancia de los socorristas son:

El trabajo de los socorristas es fundamental para cualquier seguridad en el medio acuático. Sin embargo, los obstáculos a la realización del mantenimiento de la vigilancia eficazmente son grandes; por lo tanto, los niveles óptimos son realmente muy difíciles. Por ejemplo, entre otros:

- * El ruido, uno de los principales factores ambientales en la piscina, por lo general tiene un efecto desfavorable en la vigilancia de los socorristas. Por otra parte, el ruido dificulta la capacidad de compartir la atención de los socorristas y tiende a enfocar la atención en las señales presentes en la visión periférica, en perjuicio de las señales presentes en la visión central.
- * Por otra parte, el rendimiento de los socorristas puede verse afectada cuando existen condiciones adicionales, incluyendo el estrés emocional, la privación del sueño, la mala alimentación, y / o deshidratación; la capacidad de los socorristas para procesar la información visual, la mala o nula colocación y tomar buenas decisiones es una de las más comprometidas.
- * Otros factores también afectan, tales como la monotonía, la acumulación de horas y la fatiga. Los socorristas notarán signos de fatiga; al continuo bostezo, dificultad para concentrarse, visión borrosa, dificultad para mantener la cabeza arriba.
- * El calor es uno de los factores que tiene un efecto importante en la vigilancia. Teniendo en cuenta el aspecto del estado de los socorristas en su trabajo, los socorristas suelen estar expuestos al calor y a las condiciones que no son propicias para su desempeño.

Programa de prevención y vigilancia:

- * **Estrategia de prevención:** Esto incluye todos los componentes detrás de escena implementados para reducir el riesgo de que los clientes se ahoguen, se enfermen o se lesionen.
- * **Vigilancia:** Observar a los clientes, monitorear su comportamiento y reconocer emergencias desempeña un papel importante en la reducción del riesgo.
- * **Respuesta y rescate:** Debe comprender lo que se debe lograr y utilizar las mejores prácticas para responder y gestionar una emergencia.
- * **Atención de emergencia:** Cuando ocurre una enfermedad, lesión o ahogamiento, debe tener un plan y estar preparado para brindar atención de emergencia.
- * **Expectativas en el lugar de trabajo:** La capacitación, la supervisión y la cultura específicas del lugar de trabajo desempeñan un papel importante en su desempeño futuro y en su capacidad para seguir las mejores prácticas.

Percepción del problema.

Esta fase depende de los sentidos, vista y oído principalmente, y permite al socorrista conocer la situación y sus circunstancias.

En la percepción del problema intervienen como elementos esenciales los siguientes:

Amplitud visual: Es una de las cualidades del socorrista elegir el sitio idóneo para observar el lugar de baño sin que ningún obstáculo le impida una correcta visión de la zona a vigilar.

Valoración óptico - motora: Son los cálculos mentales de espacio que pueden permitir a qué distancia se encuentra la persona con problemas, por ejemplo



Soluciones:

No hay piscina en la cual se puede garantizar al 100 por ciento de la seguridad, pero si garantizarla a un 85 por ciento. Por ejemplo:

- * Llevar a cabo un riguroso entrenamiento, incluyendo ejercicios que simulan un accidente de principio a fin.
- * Controlar el rendimiento, identificar oportunidades de mejora y proporcionar retroalimentación y / o capacitación.
- * La capacidad de vigilancia disminuye con largas horas del trabajo monótono. Habría que considerar la posibilidad de turnos más cortos para los socorristas y poner en práctica algún tipo de sistema de rotación para ser capaces de participar en una eficaz vigilancia.
- * En el estudio se indica, que la vigilancia no puede mantenerse en un nivel óptimo durante más de 1 hora por lo que sería ideal programar rotaciones cada hora. (Sé que esto es imposible, pero el estudio realizado me lo indica).
- * Proporcionar control de la temperatura adecuada, protección solar, la evitación de alcohol y otras sustancias, y el sueño adecuado.
- * La total prestación de ayuda y cumplimiento de los riesgos laborales por parte de las instituciones que contraten a los socorristas para su cometido.

Para que la Fundación tenga más información sobre los problemas o inconvenientes que podéis tener en vuestro servicio, mandar un mensaje a fundacionsalvamento.onfo@gmail.com con respecto a

- * Tipo de contrato: ¿qué convenio?
- * Horas de servicio.
- * La existencia de material de salvamento. ¿Qué tipo de material?
- * Cuarto de botiquín y que material de primeros auxilios
- * Si existen algún tipo de horas ajenas al servicio de salvamento.
- * Otros.

IMAGEN, RESPONSABILIDAD Y FORMACIÓN DEL SOCORRISTA EN INSTALACIONES ACUÁTICAS (PISCINA, PARQUE ACUÁTICO,)

Intentaré resumir en este escrito todo aquello que conlleva la imagen del socorrista, sus responsabilidades, y su explotación y su formación.

LA RESPONSABILIDAD

En primer lugar, quiero dejar bien claro que el **socorrista** tiene como responsabilidades principales las de vigilar y prevenir todo aquello que pueda producir daño o malestar a los demás usuarios dentro y fuera de la zona de baño y la prestación de auxilio tanto terrestre como en situaciones de peligro dentro del agua.

Desde que me formé como socorrista hace ya mucho tiempo y ostentando diversos cargos importantes, vengo denunciando la discriminación y la explotación por parte de algunos (bastantes) responsables de instalaciones y empresas privadas en las contrataciones para el servicio de socorrista y, hasta la fecha, desgraciadamente, nada o poco ha cambiado.

Para desarrollar lo anteriormente dicho, expongo lo siguiente:

Al socorrista realizando su labor; al mismo tiempo, actualmente se le asignan funciones recreativas durante la hora de vigilancia, por ejemplo:

- * Impartir cursillos.
- * El mantenimiento y control de cloro y de los niveles de pH sin tener la acreditación obligada y necesaria para dichos trabajos.
- * Control de la entrada a la instalación o venta de tiques.

Las políticas o directrices en este sentido pueden "aumentar considerablemente" la probabilidad de ahogamientos y accidentes, así como el riesgo de responsabilidad civil o penal.

Cualquier actividad que mantenga al socorrista lejos de la vigilancia activa de los bañistas durante más 20 - 60 segundos debe considerarse como falta de atención al deber.

También es responsabilidad de los contratistas la de proporcionar el material obligatorio y adecuado al socorrista para realizar su trabajo, por ejemplo:

- * Material de salvamento como puede ser: el tubo de rescate, aro salvavidas, lata de salvamento.
- * Botiquín en perfecto estado y material necesario para la práctica de los primeros auxilios.
- * Uniforme completo y adecuado.
- * En el puesto de vigilancia, su silla y sombrilla.

Con relación a los contratos de trabajo, quiero dejar bien claro las muchas irregularidades que realizan algunos (bastantes) contratistas, por ejemplo:

- * Contratación sin acreditación de socorrista.
- * Contratos de 40 horas (jornada completa) realizando 48 y hasta 56 horas a la semana.
- * Socorristas de 16 y 17 años realizando hasta 56 horas a la semana. La ley prohíbe la realización de horas extraordinarias a estas edades.
- * Contratos de media jornada realizando jornada completa.
- * Trabajo de socorrista sin contrato.
- * Las irregularidades en la nómina que pueden posteriormente perjudicar al socorrista.
- * No existen los descansos regulares y obligatorios programados para evitar la fatiga.

REPASO DE LA LABOR DEL SOCORRISTA

La labor del socorrista es proteger, previniendo, reconociendo y respondiendo a emergencias terrestres o acuáticas.

Las funciones principales incluirán:

- * El escaneo de los usuarios dentro y fuera del agua.

- * Prevenir lesiones minimizando o eliminando situaciones o comportamientos peligrosos.
- * Hacer cumplir a los usuarios las reglas de la instalación.
- * Reconocer y responder rápida y eficazmente a todas las emergencias.
- * Estar actualizado y capacitado anualmente de los conocimientos de primeros auxilios y salvamento acuático.
- * Ser positivo y mostrar una actitud positiva en sus actividades laborales.
- * Usar uniforme de socorrista durante esté de servicio.
- * Estar sentado o de pie mientras se encuentra en el puesto de salvamento.
- * Mantener el equipo de rescate posicionado para su uso inmediato.
- * Mantener sus ojos enfocados en su zona de cobertura asignada.
- * Observar todas las reglas, regulaciones y políticas de las instalaciones.
- * Estar sano y en forma, comer y descansar, hidratarse y protegerse de la exposición solar.



DESARROLLA LOS COMPONENTES EN EL SITIO DE VIGILANCIA

